



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAPEJARA D' OESTE- PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
(Modalidade: Educação Infantil Parcial e **INTEGRAL**)
CMEI PROFESSORA JUNICE – MAIO, JUNHO, JULHO E AGOSTO/2023

1ª SEMANA

<u>DIAS</u>	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Leite integral tipo A Pão com Doce de Frutas sem açúcar e Nata	Chá de Frutas Pão Integral com queijo e ovos mexidos	Leite integral tipo A Esfirra Assada de carne	Leite com mascavo Pão quente com manteiga e requeijão	Leite integral tipo A Sanduiche com presunto e queijo
ALMOÇO	Polenta cremosa com Carne moída em molho com legumes Saladas	Macarrão ao Molho Verde (brócolis com creme de leite) Ovo frito sem gordura Saladas	Legumes assados Frango em molho Saladas	Mandioca ou Batata Cozida Carne Suína picadinha Saladas	Arroz Colorido Bife bovino picadinho Saladas
SOBREMESA	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Pãozinho de Queijo Chá de frutas sem açúcar	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras
LANCHE DA TARDE	Arroz carreteiro com legumes Saladas	Canja de frango com macarrão e legumes Pãozinho	Pão com carne moída com legumes e queijo Suco de fruta sem açúcar	Sopa de Feijão com macarrão e legumes Pãozinho	Polenta cremosa com queijo Frango em molho Saladas

- ❖ NÃO UTILIZAR AÇÚCARES E REDUZIR A ADIÇÃO DE SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- ❖ ADICIONAR AZEITE DE OLIVA E FIBRAS (CHIA E GERGELIM) NAS VERDURAS E FRUTAS;
- ❖ FEIJÃO E ARROZ DIARIAMENTE NO ALMOÇO;
- ❖ CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- ❖ BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA;
- ❖ BERÇÁRIO: OFERECER ALIMENTOS AMASSADINHOS E EVOLUIR CONSISTÊNCIA CONFORME ACEITAÇÃO DA CRIANÇA;
- ❖ NÃO OFERECER MAMADEIRA NO MÍNIMO 40 MINUTOS APÓS O ALMOÇO.

NUTRICIONISTAS:
LUCIELI DE OLIVEIRA, CRN8- 9149
MILENE SAMARIS WALKER, CRN8- 11206



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAPEJARA D' OESTE- PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
(Modalidade: Educação Infantil Parcial e **INTEGRAL**)
CMEI PROFESSORA JUNICE – MAIO, JUNHO, JULHO E AGOSTO/2023

2ª SEMANA

<u>DIAS</u>	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Leite integral tipo A Pão com Doce de Frutas sem açúcar e Nata	Chá de Frutas Crepioaca de queijo	Leite com mascau Pão com carne moída e queijo	Leite com mascau Pão quente com manteiga e requeijão	Leite integral tipo A Sanduiche com mortadela e queijo
ALMOÇO	Polenta cremosa com queijo Carne Suína picadinha Saladas	Escondidinho de mandioca ou batata com carne moída e queijo Saladas	Macarrão ao Pomodoro Omelete de forno Saladas	Arroz colorido Picadinho Bovino com legumes Saladas	Legumes refogados Isclas de frango grelhado Saladas
SOBREMESA	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Bolo de frutas sem açúcar Chá de frutas sem açúcar	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras
LANCHE DA TARDE	Canja de frango com macarrão e legumes Pãozinho	Macarronada com bife picadinho Saladas	Pão e Omelete de forno com legumes Suco de fruta sem açúcar	Sopa de Feijão com macarrão e legumes Pãozinho	Risoto de frango com legumes Saladas

- ❖ NÃO UTILIZAR AÇÚCARES E REDUZIR A ADIÇÃO DE SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- ❖ ADICIONAR AZEITE DE OLIVA E FIBRAS (CHIA E GERGELIM) NAS VERDURAS E FRUTAS;
- ❖ FEIJÃO E ARROZ DIARIAMENTE NO ALMOÇO;
- ❖ CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- ❖ BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA;
- ❖ BERÇÁRIO: OFERECER ALIMENTOS AMASSADINHOS E EVOLUIR CONSISTÊNCIA CONFORME ACEITAÇÃO DA CRIANÇA;
- ❖ NÃO OFERECER MAMADEIRA NO MÍNIMO 40 MINUTOS APÓS O ALMOÇO.

NUTRICIONISTAS:
LUCIELI DE OLIVEIRA, CRN8- 9149
MILENE SAMARIS WALKER, CRN8- 11206



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAPEJARA D' OESTE- PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
(Modalidade: Educação Infantil Parcial e **INTEGRAL**)
CMEI PROFESSORA JUNICE – MAIO, JUNHO, JULHO E AGOSTO/2023

3ª SEMANA

<u>DIAS</u>	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Leite integral tipo A Pão com Doce de Frutas sem açúcar e Nata	Chá de Frutas Pão com omelete	Leite com mascavo Grostoli Macio Salgado	Leite com mascavo Pão quente com manteiga e requeijão	Leite integral tipo A Sanduiche com presunto e queijo
ALMOÇO	Polenta cremosa Frango em molho Saladas	Mandioca cozida Carne Suína picadinha Saladas	Macarrão ao sugo com Almôndegas Saladas	Legumes assados Picadinho Bovino acebolado Saladas	Arroz de forno com legumes e queijo Ovo mexido Saladas
SOBREMESA	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Torta salgada Chá de frutas sem açúcar	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras
LANCHE DA TARDE	Sopa de legumes com carne Pãozinho	Estrogonofe Bovino Arroz Branco Batata Palha Saladas	Cachorro Quente Suco de fruta sem açúcar	Sopa de Feijão com macarrão e legumes Pãozinho	Macarronada com frango desfiado Saladas

- ❖ NÃO UTILIZAR AÇÚCARES E REDUZIR A ADIÇÃO DE SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- ❖ ADICIONAR AZEITE DE OLIVA E FIBRAS (CHIA E GERGELIM) NAS VERDURAS E FRUTAS;
- ❖ FEIJÃO E ARROZ DIARIAMENTE NO ALMOÇO;
- ❖ CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- ❖ BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA;
- ❖ BERÇÁRIO: OFERECER ALIMENTOS AMASSADINHOS E EVOLUIR CONSISTÊNCIA CONFORME ACEITAÇÃO DA CRIANÇA;
- ❖ NÃO OFERECER MAMADEIRA NO MÍNIMO 40 MINUTOS APÓS O ALMOÇO.

NUTRICIONISTAS:
LUCIELI DE OLIVEIRA, CRN8- 9149
MILENE SAMARIS WALKER, CRN8- 11206



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAPEJARA D' OESTE- PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
(Modalidade: Educação Infantil Parcial e **INTEGRAL**)
CMEI PROFESSORA JUNICE – MAIO, JUNHO, JULHO E AGOSTO/2023

4ª SEMANA

<u>DIAS</u>	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Leite integral tipo A Pão com Doce de Frutas sem açúcar e Nata	Chá de Frutas Pão Integral com queijo e ovos mexidos	Leite integral tipo A Esfirra Assada de frango	Leite com mascavo Pão quente com manteiga e requeijão	Leite integral tipo A Sanduiche com mortadela e queijo
ALMOÇO	Macarrão à Primavera Ovo cozido Saladas	Arroz com cenoura Panquecas Coloridas Saladas	Polenta Cremosa Filé de tilápia crocante Saladas	Batata em molho Picadinho bovino Saladas	Legumes refogados Frango assado Saladas
SOBREMESA	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Bolinho Salgado Assado Chá de frutas sem açúcar	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras
LANCHE DA TARDE	Quirerinha com carne suína Saladas	Sopa de Lentilha com macarrão e legumes Pãozinho	Pão com carne de panela, legumes e queijo Suco de fruta sem açúcar	Canja de frango com macarrão e legumes Pãozinho	Polenta Cremosa Carne moída com legumes Saladas

- ❖ NÃO UTILIZAR AÇÚCARES E REDUZIR A ADIÇÃO DE SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- ❖ ADICIONAR AZEITE DE OLIVA E FIBRAS (CHIA E GERGELIM) NAS VERDURAS E FRUTAS;
- ❖ FEIJÃO E ARROZ DIARIAMENTE NO ALMOÇO;
- ❖ CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- ❖ BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA;
- ❖ BERÇÁRIO: OFERECER ALIMENTOS AMASSADINHOS E EVOLUIR CONSISTÊNCIA CONFORME ACEITAÇÃO DA CRIANÇA;
- ❖ NÃO OFERECER MAMADEIRA NO MÍNIMO 40 MINUTOS APÓS O ALMOÇO.

NUTRICIONISTAS:
LUCIELI DE OLIVEIRA, CRN8- 9149
MILENE SAMARIS WALKER, CRN8- 11206