



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

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
(Modalidade: Educação Infantil Parcial (Pré))
CMEI PEQUENO CIDADÃO - SETEMBRO, OUTUBRO, NOVEMBRO E DEZEMBRO/2023

1ª SEMANA					
DIAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ENTRADA	Biscoito Sortido	Fruta	Biscoito de Polvilho	Fruta	Fruta
LANCHE	Café com leite Pão com Doce de leite	Polenta Cremosa Frango em molho Saladas	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras Barra de Cereal	Arroz + Feijão Macarrão à Bolonhesa Saladas	Bolo de Chocolate Chá de Frutas
2ª SEMANA					
ENTRADA	Iogurte de Frutas	Fruta	Cereal Matinal	Fruta	Fruta
LANCHE	Cachorro Quente com milho e ervilha Chá de Frutas	Risoto de frango com legumes Saladas	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras Biscoito Sortido	Arroz + Feijão Legumes Refogados Bife Picadinho Saladas	Pão de queijo Café com leite
3ª SEMANA					
ENTRADA	Biscoito Broa	Fruta	Cuca Caseira	Fruta	Fruta
LANCHE	Leite com Mascav Pão com mortadela, queijo, tomate e alface	Macarronada com galeto Saladas	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras Biscoito de Polvilho	Arroz + Feijão Purê de Mandioca Carne Suína Crocante Saladas	Bolo de Cenoura Suco de Frutas
4ª SEMANA					
ENTRADA	Bolacha Caseira	Fruta	Mosaico de gelatina	Fruta	Fruta
LANCHE	Suco de Frutas Pão com carne moída e legumes	Arroz Branco Estrogonofe Bovino Saladas	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras Muffin de Legumes	Arroz + Feijão Frango assado com batatas Saladas	Cereal Matinal Iogurte de Frutas

- ❖ REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- ❖ ADICIONAR AZEITE DE OLIVA E FIBRAS (CHIA E GERGELIM) NAS VERDURAS E FRUTAS;
- ❖ CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- ❖ BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA.

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