



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 – FEVEREIRO, MARÇO E ABRIL/2024

1ª SEMANA

<u>DIAS</u>	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Leite integral tipo A Pão com nata ou requeijão	Chá de Frutas Pão Integral com manteiga e queijo	Leite com cacau Pão com doce de Frutas sem açúcar	Suco verde (abacaxi com couve) Pão com carne moída	Leite integral tipo A Sanduiche com presunto e queijo
ALMOÇO	Polenta cremosa Carne Suína picadinha Saladas	Arroz colorido Rocambole de carne moída com queijo e legumes Saladas	Legumes assados Frango em molho Saladas	Mandioca ou Batata Cozida Bife bovino picadinho Saladas	Macarrão à Primavera Frango crocante Saladas
SOBREMESA	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras
LANCHE DA TARDE	Arroz Branco Estrogonofe de frango Saladas	Sanduiche de salpicão Suco de frutas	Purê de Batatas Bife picadinho com legumes Saladas	Pão de Queijo Chá de frutas	Arroz carreteiro com legumes Saladas

- ❖ NÃO UTILIZAR AÇÚCARES NAS PREPARAÇÕES;
- ❖ REDUZIR A ADIÇÃO DE SAL E GORDURAS;
- ❖ 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

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 – FEVEREIRO, MARÇO E ABRIL/2024

2ª SEMANA

<u>DIAS</u>	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Leite integral tipo A Pão com nata e/ou requeijão	Chá de Frutas Pão integral com ovos mexidos	Leite com cacau Torta salgada	Suco nutritivo (laranja com cenoura) Pão com Doce de Frutas sem açúcar	Leite integral tipo A Sanduiche com mortadela e queijo
ALMOÇO	Macarrão ao alho e óleo Picadinho bovino com legumes Saladas	Legumes refogados Carne Suína picadinha Saladas	Arroz do Brasil (milho e ervilha) Isclas de frango grelhado Saladas	Escondidinho de mandioca ou batata com carne moída e queijo Saladas	Polenta cremosa com queijo Omelete de forno Saladas
SOBREMESA	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras
LANCHE DA TARDE	Arroz Branco Frango assado com batatas Saladas	Cachorro Quente Suco de Frutas	Polenta recheada com carne moída e queijo Saladas	Muffin de frango com requeijão Chá de Frutas	Macarronada com bife em tiras Saladas

- ❖ NÃO UTILIZAR AÇÚCARES NAS PREPARAÇÕES;
- ❖ REDUZIR A ADIÇÃO DE SAL E GORDURAS;
- ❖ 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

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 – FEVEREIRO, MARÇO E ABRIL/2024

3ª SEMANA

<u>DIAS</u>	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Leite integral tipo A Pão integral com nata e/ou Doce de Frutas sem açúcar	Leite com cacau Pão com omelete	Chá de Frutas Pão com carne moída	Vitamina de morango com banana Pão com manteiga e queijo	Leite integral tipo A Sanduiche com presunto e queijo
ALMOÇO	Legumes refogados Picadinho Bovino acebolado Saladas	Mandioca cozida Carne Suína picadinha Saladas	Lasanha de carne moída com legumes e queijo Saladas	Polenta cremosa Frango em molho Saladas	Arroz de forno com legumes e queijo Ovo mexido Saladas
SOBREMESA	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras
LANCHE DA TARDE	Macarrão à Bolonhesa Saladas	Sanduiche com mortadela e queijo Suco de frutas	Risoto de frango com legumes Saladas	Bolo de banana com cacau Chá de frutas	Arroz Carreteiro com legumes Saladas

- ❖ NÃO UTILIZAR AÇÚCARES NAS PREPARAÇÕES;
- ❖ REDUZIR A ADIÇÃO DE SAL E GORDURAS;
- ❖ 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

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 – FEVEREIRO, MARÇO E ABRIL/2024

4ª SEMANA

<u>DIAS</u>	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Leite integral tipo A Pão com requeijão	Vitamina de Banana Pão com ovos mexidos	Leite com Mascav Bolinho de arroz	Suco nutritivo (mamão com laranja) Pão com Doce de frutas sem açúcar	Leite integral tipo A Sanduiche com mortadela e queijo
ALMOÇO	Purê de Mandioca ou Batata Frango assado Saladas	Legumes refogados Picadinho bovino Saladas	Arroz com cenoura Panquecas Coloridas Saladas	Polenta Cremosa Filé de tilápia crocante Saladas	Batata em molho Ovo frito sem gordura Saladas
SOBREMESA	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras
LANCHE DA TARDE	Estrogonofe Bovino Arroz branco Saladas	Pão com carne moída com legumes e queijo Chá de Frutas	Creme de Milho Bife picadinho com legumes Saladas	Muffin de frango com requeijão Chá de Frutas	Macarronada com frango desfiado Saladas

- ❖ NÃO UTILIZAR AÇÚCARES NAS PREPARAÇÕES;
- ❖ REDUZIR A ADIÇÃO DE SAL E GORDURAS;
- ❖ 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

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