



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 - FEVEREIRO, MARÇO E ABRIL/2024

1ª SEMANA					
DIAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ENTRADA	Fruta	Fruta	Cuca Caseira	Fruta	Fruta
LANCHE	Pão com mortadela e queijo Leite com Mascou	Arroz Branco Estrogonofe Bovino Saladas	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras Barra de Cereal	Feijão Preto + Arroz Carne Suína Acebolada Saladas	Iogurte de Frutas Cereal Matinal
2ª SEMANA					
ENTRADA	Fruta	Fruta	Biscoito de Polvilho	Fruta	Fruta
LANCHE	Cachorro Quente Suco de fruta	Macarrão ao alho e óleo Bife picadinho com legumes Saladas	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras Iogurte de Frutas	Feijão Preto + Arroz Escondidinho de batata com frango e queijo Saladas	Bolo de Chocolate Chá de Frutas
3ª SEMANA					
ENTRADA	Fruta	Fruta	Cereal Matinal com leite	Fruta	Fruta
LANCHE	Pão com Doce de Leite e/ou nata Café com leite	Arroz + Feijão Preto Frango Xadrez Saladas	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras Pão de Queijo	Arroz Branco Panqueca de carne moída com legumes Saladas	Torta de frango com requeijão Leite com Mascou
4ª SEMANA					
ENTRADA	Fruta	Fruta	Iogurte de Frutas	Fruta	Fruta
LANCHE	Pão com carne moída com legumes e queijo Suco de Frutas	Polenta Cremosa Filé de Tilápia Saladas	Frutas Picadinhas (No mínimo 2 opções) Adicionar fibras Bolacha Caseira	Feijão Preto Arroz Colorido Picadinho Bovino com legumes Saladas	Cereal Matinal com leite Biscoitos Sortidos

- ❖ 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