



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 – SETEMBRO, OUTUBRO, NOVEMBRO E DEZEMBRO/2024

1ª SEMANA - MANHÃ

DIAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ENTRADA	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 MANHÃ	Polenta cremosa Carne moída em molho com legumes Saladas	Legumes refogados Frango em molho Saladas	Batata em molho Carne suína refogada Saladas	Macarrão à primavera Frango assado Saladas	Arroz de forno Picadinho bovino com legumes Saladas

2ª SEMANA - MANHÃ

ENTRADA	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 MANHÃ	Polenta cremosa Frango em molho com legumes Saladas	Legumes assados Picadinho bovino com legumes Saladas	Farofa de legumes Bife em tiras em molho Saladas	Purê de mandioca Carne suína acebolada Saladas	Macarrão à bolonhesa Ovo cozido 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 FERREIRA, 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 – SETEMBRO, OUTUBRO, NOVEMBRO E DEZEMBRO/2024

3ª SEMANA - MANHÃ

DIAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ENTRADA	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 MANHÃ	Polenta cremosa Carne moída em molho com legumes Saladas	Purê de batata Bife em tiras Saladas	Legumes refogados Frango Assado Saladas	Mandioca cozida Carne suína em molho Saladas	Macarrão ao alho e óleo Isclas de frango grelhado Saladas

4ª SEMANA - MANHÃ

ENTRADA	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 MANHÃ	Polenta cremosa Carne suína crocante Saladas	Farofa de legumes Picadinho bovino em molho Saladas	Frango assado com batatas Saladas	Arroz colorido Lasanha à bolonhesa Saladas	Macarrão ao pomodoro Ovo cozido 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 FERREIRA, CRN8-11206