SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE IVATÉ/PARANÁ PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (6 - 10 ANOS) | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 05/2023 (Semana de 22/05/2023 à 26/05/2023) | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **2ª FEIRA**  **22/05/2023** | **3ª FEIRA**  **23/05/2023** | | | | **4ª FEIRA**  **24/05/2023** | | | | **5ª FEIRA**  **25/05/2023** | | | | 6ª FEIRA  26/05/2023 | | | |
| Café da Manhã 07:45 | Mingau de chocolate | LEITE ACHOCOLATADO  Biscoito de maisena | | | | Chá mate  Crepioca com requeijão | | | | Pão caseiro com manteiga LEITE ACHOCOLATADO | | | | Leite batido Cacau e Canela Pão caseiro com Requeijão | | | |
| Almoço 10:00 | Arroz Branco  Feijão  Carne cozida com Mandioca Salada de hortaliças FRUTAS | Arroz Branco  Feijão  Sopa de mandioca cremosa com frango  Salada de legumes  FRUTAS | | | | Arroz Branco  Feijão  Carne moída com legumes Salada de hortaliças FRUTAS | | | | Arroz Branco  Feijão  Purê de batata  Frango dourado na pressão  Salada de folhas  FRUTAS | | | | Arroz Branco  Feijão  Tortilha de batata com ovos Salada de legumes  FRUTAS | | | |
| Lanche da Tarde 12:00 | Leite achocolatado  Crepioca com requeijão | Suco de Abacaxi  Pão com presunto | | | | Leite gelado com chocolate  Pão com linguiça | | | | Suco de laranja com cenoura Pão com carne moída | | | | Leite gelado com chocolate Pão com queijo | | | |
| Jantar 15:00 | Arroz Branco  Feijão  Fricassê de Frango com batata  Salada de folhas  FRUTAS | Arroz Branco  Feijão  Almôndegas ao sugo  Salada de folhas  FRUTAS | | | | Sopa de macarrão com carne  Baião de dois  Salada de folhas  FRUTAS | | | | Arroz Branco  Feijão  Macarrão a bolonhesa Salada de hortaliças FRUTAS | | | | Arroz Branco  Feijão  Linguiça na pressão ou assada  Salada de folhas  FRUTAS | | | |
| Composição Nutricional (Média Semanal) | | **Kcal** | **CHO**  **(g)** | **PTN**  **(g)** | **LPD**  **(g)** | | **G. Sat. (g)** | **G. Trans (g)** | **Fibras (g)** | **Vit A (mcg)** | **Vit C (mg)** | **Ca (mg)** | **Fe (mg)** | | **Mg (mg)** | **Zn (mg)** | Na (mg) |
| 1200.0 | 183.3 | 55.3 | 28.3 | | 10.8 | 0.4 | 19.7 | 169.1 | 135.0 | 494.7 | 9.5 | | 258.9 | 8.2 | 609.8 |

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE IVATÉ/PARANÁ PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (6 - 10 ANOS) | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 05/2023 (Semana de 22/05/2023 à 26/05/2023) | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **2ª FEIRA**  **22/05/2023** | **3ª FEIRA**  **23/05/2023** | | | | **4ª FEIRA**  **24/05/2023** | | | | **5ª FEIRA**  **25/05/2023** | | | | 6ª FEIRA  26/05/2023 | | | |
| Café da Manhã | Mingau de chocolate | LEITE ACHOCOLATADO  Biscoito de maisena | | | | Chá mate  Crepioca com requeijão | | | | LEITE ACHOCOLATADO  Pão caseiro com manteiga | | | | Leite batido Cacau e Canela Pão caseiro com Requeijão | | | |
| Almoço | Arroz Branco  Feijão  Carne cozida com Mandioca Salada de hortaliças FRUTAS | Arroz Branco  Feijão  Sopa de mandioca cremosa com frango  Salada de legumes  FRUTAS | | | | Arroz Branco  Feijão  Carne moída com legumes Salada de hortaliças FRUTAS | | | | Arroz Branco  Feijão  Purê de batata  Frango dourado na pressão  Salada de folhas  FRUTAS | | | | Arroz Branco  Feijão  Tortilha de batata com ovos Salada de legumes  FRUTAS | | | |
| Composição Nutricional (Média Semanal) | | **Kcal** | **CHO**  **(g)** | **PTN**  **(g)** | **LPD**  **(g)** | | **G. Sat. (g)** | **G. Trans (g)** | **Fibras (g)** | **Vit A (mcg)** | **Vit C (mg)** | **Ca (mg)** | **Fe (mg)** | | **Mg (mg)** | **Zn (mg)** | Na (mg) |
| 553.6 | 81.8 | 24.4 | 14.7 | | 5.5 | 0.1 | 9.7 | 85.7 | 63.9 | 236.5 | 4.0 | | 127.4 | 3.5 | 155.6 |

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE IVATÉ/PARANÁ PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (6 - 10 ANOS) | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 05/2023 (Semana de 22/05/2023 à 26/05/2023) | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **2ª FEIRA**  **22/05/2023** | **3ª FEIRA**  **23/05/2023** | | | | **4ª FEIRA**  **24/05/2023** | | | | **5ª FEIRA**  **25/05/2023** | | | | 6ª FEIRA  26/05/2023 | | | |
| Lanche da Tarde | Mingau de chocolate | LEITE ACHOCOLATADO  Biscoito de maisena | | | | Chá mate  Crepioca com requeijão | | | | LEITE ACHOCOLATADO  Pão caseiro com manteiga | | | | Leite batido Cacau e Canela Pão caseiro com Requeijão | | | |
| Jantar | Arroz Branco  Feijão  Fricassê de Frango com batata  Salada de hortaliças  FRUTAS | Arroz Branco  Feijão  Almôndegas ao sugo  Salada de folhas  FRUTAS | | | | Baião de dois  Sopa de macarrão com carne  Salada de hortaliças FRUTAS | | | | Arroz Branco  Feijão  Macarrão a bolonhesa Salada de hortaliças FRUTAS | | | | Arroz Branco  Feijão  Linguiça na pressão ou assada  Salada de folhas  FRUTAS | | | |
| Composição Nutricional (Média Semanal) | | **Kcal** | **CHO**  **(g)** | **PTN**  **(g)** | **LPD**  **(g)** | | **G. Sat. (g)** | **G. Trans (g)** | **Fibras (g)** | **Vit A (mcg)** | **Vit C (mg)** | **Ca (mg)** | **Fe (mg)** | | **Mg (mg)** | **Zn (mg)** | Na (mg) |
| 552.3 | 85.9 | 26.7 | 12.2 | | 4.9 | 0.3 | 9.1 | 72.8 | 62.0 | 234.1 | 4.7 | | 116.4 | 4.1 | 162.9 |

* **Os cardápios poderão sofrer alterações conforme disponibilidade de ingredientes, maturação de frutas e verduras e/ou necessidades externas, que serão comunicadas previamente.**
* **IMPORTANTE: se ater as necessidades especiais e ou exigências nutricionais dos alunos e preparar os alimentos aos intolerantes e alérgicos conforme orientações e ingredientes específicos.**