



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 - MAIO, JUNHO, JULHO E AGOSTO/2023

<b>1ª SEMANA</b>					
<b>DIAS</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>	<b>SEXTA-FEIRA</b>
<b>ENTRADA</b>	Fruta	Fruta	Pãozinho de Queijo	Fruta	Fruta
<b>LANCHE</b>	Café com leite Pão com Doce de frutas e nata	Arroz Carreteiro com legumes Saladas	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras Sagu Quentinho	Feijão Preto + Arroz Frango em molho com legumes Saladas	Cereal Matinal com leite Fruta
<b>2ª SEMANA</b>					
<b>ENTRADA</b>	Fruta	Fruta	Torta salgada	Fruta	Fruta
<b>LANCHE</b>	Cachorro Quente com milho e ervilha Chá de Frutas	Sopa de Feijão com macarrão e legumes Queijo picadinho Pãozinho	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras Barra de Cereal	Arroz Branco Escondidinho de mandioca ou batata com carne moída e queijo Saladas	Grostoli Macio Salgado Leite com Mascav Fruta
<b>3ª SEMANA</b>					
<b>ENTRADA</b>	Fruta	Fruta	Bolacha Caseira	Fruta	Fruta
<b>LANCHE</b>	Leite com Mascav Pão com mortadela, queijo, tomate e alface	Canja de frango com macarrão e legumes Queijo picadinho Pãozinho	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras Grostoli Macio Doce	Arroz + Feijão Polenta Cremosa Filé de tilápia crocante Saladas	Cereal Matinal com leite Fruta
<b>4ª SEMANA</b>					
<b>ENTRADA</b>	Fruta	Fruta	Barra de cereal	Fruta	Fruta
<b>LANCHE</b>	Café com leite Pão com carne de panela e legumes	Sopa de carne com legumes Queijo picadinho Pãozinho	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras Nozinho de Coco	Arroz + Feijão Panquecas Coloridas Saladas	Bolo de Chocolate Chá de Frutas Fruta

- ❖ 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