



PREFEITURA MUNICIPAL DE
CAMBARÁ

Programa de Alimentação Escolar

CARDÁPIO

***“Pré Escolas Centro de Educação Santa Rita e
Ensino Fundamental de toda a Rede Municipal”***

PERÍODO PARCIAL



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRI

J. Rosa
Janaina Rosa
Nutricionista
CRN - 8 16409



Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE OUTUBRO/2023

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 02/10/2023	3ª FEIRA 03/10/2023	4ª FEIRA 04/10/2023	5ª FEIRA 05/10/2023	6ª FEIRA 06/10/2023
ALMOÇO: 10h às 10:30h	SOPA DE BATATA (BATATA INGLESA, ABÓBORA CABOTIA, CHUCHU, ERVILHA SECA, PEITO DE FRANGO, COUVE MANTEIGA PICADO E CEBOLA)	PÃO FRANCÊS CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE, CHEIRO VERDE E CEBOLA SU: NATURAL DE LIMÃO	SOPA DE ARROZ COM CARNE BOVINA E LEGUMES (ARROZ BRANCO, CENOURA, CHUCHU, REPOLHO, CARNE BOVINA(MÚSC. MOÍDO) E CEBOLA	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE BOVINA (FEIJÃO, MACARRÃO, BETERRABA, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE)	POLENTA COLORIDA COM CARNE BOVINA MOÍDA (CARNE BOVINA MÚSC. MOÍDO AO MOLHO DE TOMATE
LANCHE II 15:30 às 16h					

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE. EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs (4 a 5 anos.)	246	40,1	11,1	5,18	2704	4,3	51,8	3,00	40,7	1,87	39,48	122,1





Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE OUTUBRO/2023

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 09/10/2023	3ª FEIRA 10/10/2023	4ª FEIRA 11/10/2023	5ª FEIRA 12/10/2023	6ª FEIRA 13/10/2023
ALMOÇO: 10h às 10:30h	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO E FRANGO (MACARRÃO, CENOURA, PEITO DE FRANGO, CHUCHU, COUVE FLOR E CEBOLA	PÃO FRANCÊS COM CARNE BOVINA MOÍDA MUSCULO BOVINO A O MOLHO DE TOMATE , CHEIRO VERDE E CEBOLA	BOLO DE CHOCOLATE COM COBERTURA DE CHOCOLATE 50% CACAU SU: LARANJA	FERIADO SRA. APARECIDA	RECESSO ESCOLAR
LANCHE II 15:30 às 16h		SU: MARACUJÁ			

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos)	218	38,55	8,9	5,23	210,2	3,1	89,3	2,4	44,1	2,6	3,3	100,5





Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE OUTUBRO/2023

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 16/10/2023	3ª FEIRA 17/10/2023	4ª FEIRA 18/10/2023	5ª FEIRA 19/10/2023	6ª FEIRA 20/10/2023
ALMOÇO: 10h às 10:30h	SOPA DE FEIJÃO COM FRANGO DESFIADO (FEIJÃO, MACARRÃO, BETERRABA, CENOURA, CARNE PEITO DE FRANGO DESFIADO CEBOLA E CHEIRO VERDE)	MACARRÃO COLORIDO (MACARRÃO, ABOBRINHA, COUVE MANTEIGA, CENOURA)	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO E CARNE (MACARRÃO, CENOURA, CARNE BOVINA MUSCULO BOVINO, CHUCHU, CEBOLA)	POLENTA COLORIDA COM CARNE BOVINA MOÍDA (CARNE BOVINA MÚSC. MOÍDO AO MOLHO DE TOMATE)	TORTA DE LEGUMES COM PEITO DE FRANGO (FARINHA DE TRIGO, TOMATE, CENOURA, OVOS, MILHO VERDE, PEITO DE FRANGO DESFIADO, CEBOLA E CHEIRO VERDE.SU: NATURAL DE MELANCIA)
LANCHE II 15:30 às 16h					

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	199,3	37,6	12,0	4,2	200,8	149,6	77,9	2,3	30,4	1,12	22,63	58,74



J. Rosa
Janaina Rosa
Nutricionista
CRN - 8 16409



Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE OUTUBRO/2023

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 23/10/2023	3ª FEIRA 24/10/2023	4ª FEIRA 25/10/2023	5ª FEIRA 26/10/2023	6ª FEIRA 27/10/2023
ALMOÇO: 10h às 10:30h	SOPA DE MANDIOCA COM CARNE BOVINA (MANDIOCA, CARNE BOVINA MUSC. MOÍDO, ABOBORA SECA, CEBOLA E COUVE MANTEIGA PICADO)	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO (MACARRÃO, CENOURA, PEITO DE FRANGO DESFIADO, CHUCHU E CEBOLA)	MINGAU (LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ) / FRUTA: BANANA	PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE SU: NATURAL DE LARANJA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES (ABOBÓRA SECA, CHUCHU) PICADINHO DE PEITE DE FRANGO ACEBOLADO
LANCHE II 15:30 às 16h					SA: MISTA DE FOLHAS

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE. EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos)	189	42,55	124,3	5,87	224,8	2,21	102,9	2,40	4,18	1,76	25,95	82,09



J. Rosa
Janaina Rosa
Nutricionista
CRN - 8 16409



Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE OUTUBRO/2023

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 30/10/2023	3ª FEIRA 31/10/2023	4ª FEIRA -	5ª FEIRA -	6ª FEIRA -
ALMOÇO: 10h às 10:30h	POLENTA COLORIDA COM CARNE MOÍDA (FUBÁ, TOMATE, CENOURA, ABOBRINHA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE)	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO, (MACARRÃO, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA MUSCULO BOVINO, CHUCHU E CEBOLA)	-	-	-
LANCHE I: 13h às 13:30h					

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE. EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	122	32,5	11,4	4,86	236,4	3,10	100,1	2,40	4,22	2,11	21,88	80,45



J. Rosa
Janaina Rosa
Nutricionista
CRN - 8 16409