

Programa de Alimentação Escolar

CARDÁPIOS **“Creches”**

ALUNOS DE 1 A 3 ANOS

SECRETÁRIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO CAMBARÁ PR/ SETOR DE NUTRIÇÃO



F. Rosa
Janaina Rosa
Nutricionista
CRN - 8 16409



CRECHES – Alunos de 1 A 3 ANOS

MÊS DE JUNHO 2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 03/06/2024	3ª FEIRA 04/06/2024	4ª FEIRA 05/06/2024	5ª FEIRA 06/06/2024	6ª FEIRA 07/06/2024
DESJEJUM 7:15h às 07:30h	LEITE INTEGRAL COM 50% CACAU/ PÃO FRANCÊS	CHÁ MATE / PÃO FRANCÊS	LEITE INTEGRAL COM 50% CACAU / PÃO FRANCÊS	LEITE INTEGRAL COM 50% CACAU / PÃO FRANCÊS	LEITE INTEGRAL COM 50% CACAU/ BISCOITO MAISENA SEM LACTOSE
ALMOÇO: 10h às 10:30h	ARROZ/ FEIJÃO CARIOCA / ISCA DE PATINHO ACEBOLADA / COUVE REFOGADA SA: ALFACE	RISOTO COM PERNIL E CENOURA SA: PEPINO COM TOMATE FRUTA: POKAN	ARROZ COLORIDO COM OVO (ARROZ, OVOV, ABOBRINHA, CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: ALFACE	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ COXA E SOBRECOXA ASSADA / REPOLHO REFOGADO SA: ALFACE COM TOMATE	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / PEITO DE FRANGO DESFIADO COM CHUCHU SA:ALFACE
LANCHE I: 13h às 13:30h	MAMÃO	BANANA NANICA	ABACAXI	BANANA NANICA	MANGA
LANCHE II 15:30 às 16h	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO COM LEGUMES E PEITO DE FRANGO DESFIADO (ABOBRINHA COM CEBOLA E CHEIRO VERDE)	ARROZ/ FEIJÃO/ OVO MEXIDO COM LEGUMES (ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE)	BOLO DE CHOCOLAE 50% CAUCAU / SUCO: LARANJA	CANJA (ARROZ/ PEITO DE FRANGO/CENOURA/ ABOBRINHA/ CEBOLA/ CHEIRO VERDE)	PÃO FRANCÊS COM CARNE MUSC MOÍDO REFOGADO COM CENOURA / CHÁ MATE

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(Berçário de 6 a 12 meses)	719	112,30	33,03	15,21	624,32	9,18	356,73	5,04	130,54	4,35	67,93	168,93

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



Flores
Janaina Rosa
Nutricionista
CRN - 8 16409



CRECHES – Alunos de 1 A 3 ANOS

MÊS DE JUNHO 2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 10/06/2024	3ª FEIRA 11/06/2024	4ª FEIRA 12/06/2024	5ª FEIRA 13/06/2024	6ª FEIRA 14/06/2024
DESJEJUM 7:15h às 07:30h	LEITE INTEGRAL COM 50% CACAU/ PÃO FRANCÊS	LEITE INTEGRAL COM 50% CACAU/ PÃO FRANCÊS	LEITE INTEGRAL COM 50% CACAU / PÃO FRANCÊS	CHÁ MATE / PÃO FRANCÊS	LEITE INTEGRAL COM 50% CACAU / BISCOITO MAISENA SEM LACTOSE
ALMOÇO: 10h às 10:30h	ARROZ/ FEIJÃO/ FRANGO EM TIRA ACEBOLADO/ ABOBRINHA REFOGADA COM CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: REPOLHO COM CENOURA RALADA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA / FILÉ DE TILÁPIA AO FORNO COM BATATAS (BATATA INGLESA , CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: ALFACE FRUTA: MANGA	ARROZ BRANCO / PERNIL SUINO EM CUBOS COM CHUCHU (CHEIRO VERDE) SA: ACELGA COM TOMATE	MACARRÃO COM CARNE DE PANELA AO MOLHO DE TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: PEPINO COM ALFACE	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA / COXA E SOBRECOXA DE PANELA COM TOMATE/ COUVE REFOGADA SA: ALMEIRÃO FRUTA: ABACAXI
LANCHE I: 13h às 13:30h	BANANA NANICA	MELANCIA	MANGA	POKAN	MAMÃO
LANCHE II 15:30 às 16h	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO COM LEGUMES E PEITO DE FRANGO DESFIADO (ABOBRINHA COM CEBOLA E CHEIRO VERDE)	POLENTA COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE (FUBÁ, COUVE MANTEIGA E ALHO)	ARROZ/ FEIJÃO/ COXA E SOBRECOXA ASSADA / LEGUMES REFOGADO (ABOBRINHA REFOGADA COM CEBOLA E CHEIRO VERDE)	ARROZ COLORIDO COM OVO (ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE)	MACARRÃO COLORIDO (PERNIL SUÍNO) E ABÓBORA CABOTIÁ, ABOBRINHA E CEBOLA)

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURAÇÃO 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(1 A 3 ANOS)	777,2	116,28	36,28	18,89	637,44	9,18	440,4	5,08	125,94	4,60	89,68	260,9



CRECHES – Alunos de 1 A 3 ANOS

MÊS DE JUNHO 2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 17/06/2024	3ª FEIRA 18/06/2024	4ª FEIRA 19/06/2024	5ª FEIRA 20/06/2024	6ª FEIRA 21/06/2024
DESJEJUM 7:15h às 07:30h	LEITE INTEGRAL COM 50% CACAU / PÃO FRANCÊS	LEITE INTEGRAL COM 50% CACAU/ BISCOITO MAISENA SEM LACTOSE	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS	LEITE INTEGRAL COM 50% CACAU / PÃO FRANCÊS	LEITE INTEGRAL COM 50% CACAU / PÃO FRANCÊS
ALMOÇO: 10h às 10:30h	RISOTO COM PERNIL SUÍNO E LEGUMES (PERNIL, ARROZ, ERVILHA SECA, CENOURA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: TOMATE COM PEPINO	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ OVO MEXIDO COM, CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: BETERRABA FRUTA: POKAN	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ QUIBE ASSADO (CARNE MUSC. MOIDO), COUVE REFOGADA, COM CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: ALFACE	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA / COXA E SOBRECOXA DE PANELA COM TOMATE /ABOBORÁ CABOTIA REFOGADA SA: ALFACE COM ALMEIRÃO	POLENTA COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE (FUBÁ, COUVE MANTEIGA E ALHO)SA: ALFACE COM TOMATE
LANCHE I: 13h às 13:30h	LARANJA	ABACAXI	BANANA NANICA	MANGA	MAÇÃ
LANCHE II 15:30 às 16h	PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA E TOMATE SU: NATURAL DE ABACAXI	MACARRÃO COLORIDO (PERNIL SUÍNO) E ABÓBORA CABOTIÁ, ABOBRINHA E CEBOLA)	SOPA DE MANDIOCA (BATATA INGLESA, ABÓBORA CABOTIA, CHUCHU, PEITO DE FRANGO, COUVE MANTEIGA PICADO E CEBOLA)	ARROZ COLORIDO COM OVO (ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	BOLO FUBÁ / CHÁ MATE

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(1 A 3 ANOS)	808	126,09	38,06	16,45	819,07	10,22	347,93	5,34	142,44	6,1	85,32	361,32

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



SECRETÁRIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO CAMBARÁ PR/ SETOR DE NUTRIÇÃO

Fresa
Janaina Rosa
Nutricionista
CRN - 8 16409



CRECHES – Alunos de 1 A 3 ANOS

MÊS DE JUNHO 2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 24/06/2024	3ª FEIRA 25/06/2024	4ª FEIRA 26/06/2024	5ª FEIRA 27/06/2024	6ª FEIRA 28/06/2024
DESJEJUM 7:15h às 07:30h	LEITE INTEGRAL COM 50% CACAU/ PÃO FRANCÊS	LEITE INTEGRAL COM 50% CACAU / BISCOITO MAISENA SEM LACTOSE	LEITE INTEGRAL COM 50% CACAU / PÃO FRANCÊS	CHÁ MATE / PÃO FRANCÊS	LEITE INTEGRAL COM 50% CACAU/ PÃO FRANCÊS
ALMOÇO: 10h às 10:30h	ARROZ COLORIDO COM FRANGO E LEGUMES (ARROZ, PEITO DE FRANGO DESFIADO, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: ALFACE COM TOMATE	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA / COXA E SOBRECOXA ASSADA / PURÊ DE BATATA COM CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: CHICÓRIA COM TOMATE	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA / PERNIL SUÍNO ACEBOLADO / REPOLHO REFOGADO COM CENOURA SA: ALFACE E ALMEIRÃO FRUTA: LARANJA	POLENTA COM CARNE AO MOLHO DE TOMATE (FUBÁ, MUSC. MOÍDO)/ COUVE MANTEIGA E ALHO) SA: PEPINO C/TOMATE	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ OVO MEXIDO COM, CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: REPOLHO FRUTA: MAMÃO
LANCHE I: 13h às 13:30h	BANANA NANICA	MELANCIA	MANGA	MAÇA	MAMÃO
LANCHE II 15:30 às 16h	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, CENOURA E CARNE (BATATA, CENOURA, MUSC. BOVINO MOÍDO)	PÃO FRANCÊS COM FRANGO DESFIADO E CENOURA / CHÁ MATE	CANJA (ARROZ/ PEITO DE FRANGO/CENOURA/ ABOBRINHA/ CEBOLA/ CHEIRO VERDE)	POLENTA COLORIDA COM FRANGO (FUBÁ, TOMATE, CENOURA, ABOBRINHA, PEITO DE FRANGO DESFIADO CEBOLA E CHEIRO VERDE)	MINGAU DE CACAU 50%

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(1 A 3 ANOS)	721	110,61	31,56	15,85	589,6	9,07	347,17	5,01	128,01	5,63	84,01	257,81

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

