



PREFEITURA MUNICIPAL DE
CAMBARÁ

Programa de Alimentação Escolar

CARDÁPIO

“ENSINO INFANTIL / FUNDAMENTAL”

Período Parcial

JRosa

Janaína Rosa F. Silva
Nutricionista
CRN3 - 39036



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



Ensino Infantil / Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE ABRIL/2024

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 01/04/2024	3ª FEIRA 02/04/2024	4ª FEIRA 03/04/2024	5ª FEIRA 04/04/2024	6ª FEIRA 05/04/2024
DESJEJUM 7:15 a 7:30	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	CHÁ MATE, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, BISCOITO ÁGUA E SAL	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ COLORICO COM OVO (ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: ALFACE COM TOMATE	MACARRÃO COLORIDO (PERNIL SUÍNO) E ABÓBORA CABOTIÁ, ABOBRINHA E CEBOLA)	PÃO FRANCÊS COM MUSC. MOÍDO AO MOLHO DE TOMATE / CHÁ MATE	POLENTA COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE (FUBÁ, COUVE MANTEIGA E ALHO)	MINGAU DE CACAU EM PÓ
PERÍODO DA TARDE : 15:00 às 15:30					

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(4 a 5 anos)	331	54,76	18,45	4,11	288,02	6,0	63,88	3,93	76,13	2,96	43,36	63,90

JRosa

Janaína Rosa F. Silva
Nutricionista
CRN3 - 39036





Ensino Infantil / Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE ABRIL/2024

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 08/04/2024	3ª FEIRA 09/04/2024	4ª FEIRA 10/04/2024	5ª FEIRA 11/04/2024	6ª FEIRA 12/04/2024
DESJEJUM 7:15 a 7:30	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	CHÁ MATE, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, BISCOITO MAISENA
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	RISOTO DE LEGUMES COM PEITO DE FRANGO (BATATA INGLESA, ABÓBORA SECA, CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE	BOLO FUBÁ / CHÁ MATE	CANJA (ARROZ/ PEITO DE FRANGO/CENOURA/ ABOBRINHA/ CEBOLA/ CHEIRO VERDE)	PÃO FRANCÊS COM MUSC. MOÍDO AO MOLHO DE TOMATE / SUCO DE LARANJA	MACARRO AO MOLHO DE TOMATE/ PEITO DE FRANGO DESKIADO/ LEGUMES REFOGADO (ABÓBORA SECA), CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: ALFACE E PEPINO SA:ALFACE
PERÍODO DA TARDE : 15:00 às 15:30					

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MATUREZAÇÃO 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.)	368	63,17	19,14	4,6	298,77	6,31	76,44	3,65	61,33	3,21	51,44	97,65

JRosa

Janaína Rosa F. Silva
Nutricionista
CRN3 - 39036





Ensino Infantil / Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE ABRIL/2024

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 15/04/2024	3ª FEIRA 16/04/2024	4ª FEIRA 17/04/2024	5ª FEIRA 18/04/2024	6ª FEIRA 19/04/2024
DESJEJUM 7:15 a 7:30	CHÁ MATE, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, BISCOITO ÁGUA E SAL	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ/ FEIJÃO/ MUSC. MOIDO COM CHUCHU (CEBOLA E CHEIRO VERDE) / BATATA DOCE	POLENTA COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE (FUBÁ, COUVE MANTEIGA E ALHO)	RISOTO DE LEGUMES PERNIL SUÍNO / (ARROZ, PERNIL SUÍNO, CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE)	ARROZ/ FEIJÃO/ COXA SOBRECOXAA DE PANELA / PURÊ DE BATATA / REPOLHO REFOGADO COM TOMATE E CHEIRO VERDE)	ARROZ/ FEIJÃO/ OVO MEXIDO COM LEGUMES (CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE)
PERÍODO DA TARDE : 15:00 às 15:30	REFOGADA SA:TOMATE FRUTA: ABACAXI	SA: ALMEIRÃO COM REPOLHO	SA: CHICÓRIA COM TOMATE	SA: ALFACE	SA: ALFACE COM TOMATE

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.)	327	54	17,74	4,64	265,63	6,12	64,56	3,71	66,83	2,975	34,66	105,52

Jrôca

Janaína Rosa F. Silva
Nutricionista
CRN3 - 39036





Ensino Infantil / Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE ABRIL/2024

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 22/04/2024	3ª FEIRA 23/04/2024	4ª FEIRA 24/04/2024	5ª FEIRA 25/04/2024	6ª FEIRA 26/04/2024
DESJEJUM 7:15 a 7:30	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, BISCOITO MAISENA	CHÁ MATE, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	MACARRÃO COM PEITO DE FRANGO E LEGUMES (PEITO DE FRANGO, MACARRÃO, CENOURA, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA:ALFACE	ARROZ/ FEIJÃO/ OVO MEXIDO COM LEGUMES REFOGADO (ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: ALFACE COM PEPINO	BOLO DE CENOURA/ SUCO DE LARANJA	ARROZ/ FEIJÃO/ MUSC. MOIDO COM BATATA E CENOURA (CEBOLA E CHEIRO VERDE) / BATATA DOCE REFOGADA SA:TOMATE VERDE/ SA: ALFACE COM TOMATE/	RISOTO DE LEGUMES PERNIL SUÍNO / (ARROZ, PERNIL SUÍNO, CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE)SA: MISTA DE FOLHAS
PERÍODO DA TARDE : 15:00 às 15:30		SA: ALMEIRÃO COM REPOLHO FRUTA:PICADINHO ABACAXI			

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.)	322	54,16	17,31	4,05	245,50	5,42	68,33	3,31	58,31	2,39	80,03	65,36

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.

JRosa

Janaína Rosa F. Silva
Nutricionista
CRN3 - 39036





Ensino Infantil / Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE ABRIL/2024

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 29/04/2024	3ª FEIRA 30/04/2024	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
DESJEJUM 7:15 a 7:30	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	-	-	-
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	MACARRÃO ALHO E ÓLEO/ FRANGO DESFIADO E LEGUMES (FRANGO ABÓBORA CABOTIÁ, ABOBRINHA E CEBOLA)	MINGAU DE CACAU EM PÓ	-	-	-
PERÍODO DA TARDE : 15:00 às 15:30					

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.)	366	56,4	15,7	8,81	309,75	4,29	211,0	4,4	58,9	5,01	37,0	135

JRosa

Janaína Rosa F. Silva
Nutricionista
CRN3 - 39036

