

# SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RESERVA DO IGUAÇU - PR

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

<p><b>Instituição: CMEI ANJO DA GUARDA</b>  <b>Faixa etária: Até 1 ano de idade</b>  <b>Tipo de cardápio: Normal integral</b>  <b>Período: 03/04 a 28/04/2023 - ABRIL</b></p>	<p><b><u>HORÁRIOS</u></b>  <b>Café manhã: 8:15h</b>  <b>Almoço: 10:30h</b>  <b>Lanche Tarde: 13:00h</b>  <b>Jantar: 15:30h</b></p>
---	--

SEMANA	03-04 segunda 17-04	04-04 terça 18-04	05-04 quarta 19-04	06-04 quinta 20-04	07-04 sexta 21-04
<b>1ª e 3ª</b>	<p><b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Omelete</p> <p><b>ALMOÇO</b> Arroz triturado, feijão, ovos mexidos, legumes refogados</p> <p><b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta</p> <p><b>JANTAR</b> Sopinha de feijão e macarrão</p>	<p><b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Leite morno de fórmula Pão integral</p> <p><b>ALMOÇO</b> Arroz triturado, feijão, carne suína desfiada</p> <p><b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta</p> <p><b>JANTAR</b> Caldo de batata salsa e frango desfiado</p>	<p><b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Papa de bolacha maria (feito com fórmula)</p> <p><b>ALMOÇO</b> Arroz triturado, feijão, carne moída, legumes refogados</p> <p><b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta</p> <p><b>JANTAR</b> Sopinha de legumes</p>	<p><b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Mingau de aveia (feito com fórmula)</p> <p><b>ALMOÇO</b> Batata amassadinha, feijão, carne bovina desfiada, legumes refogados</p> <p><b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta</p> <p><b>JANTAR</b> Macarrão ao molho de frango desfiado e legumes ralados</p>	<p><b>Dia 07 – Paixão</b>  <b>Dia 21 - Tiradentes</b></p>

<b>SEMANA</b>	<b>10-04 segunda 24-04</b>	<b>11-04 terça 25-04</b>	<b>12-04 quarta 26-04</b>	<b>13-04 quinta 27-04</b>	<b>14-04 sexta 28-04</b>
<b>2ª e 4ª</b>	<p><b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Omelete</p> <p><b>ALMOÇO</b> Macarrão, feijão, frango grelhado desfiado, legumes refogados</p> <p><b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta</p> <p><b>JANTAR</b> Caldo de batata salsa e frango desfiado</p>	<p><b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Leite morno de fórmula Pão</p> <p><b>ALMOÇO</b> Arroz triturado, feijão branco, frango assado desfiado, legumes refogados</p> <p><b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta</p> <p><b>JANTAR</b> Sopa de feijão com macarrão e legumes</p>	<p><b>CAFÉ DA MANHÃ</b> Papinha de cereal infantil (feito com fórmula)</p> <p><b>ALMOÇO</b> Arroz triturado, feijão, carne moída, legumes</p> <p><b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta</p> <p><b>JANTAR</b> Polenta com frango desfiado</p>	<p><b>CAFÉ MANHÃ</b> Leite morno de fórmula Pão integral</p> <p><b>ALMOÇO</b> Risoto de frango e legumes, feijão</p> <p><b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta</p> <p><b>JANTAR</b> Mingau de biju e moída</p>	<p><b>CAFÉ MANHÃ</b> Papinha cereal infantil (feito com fórmula)</p> <p><b>ALMOÇO</b> Arroz, feijão, pernil desfiado, legumes refogados</p> <p><b>LANCHE DA TARDE</b> Fruta</p> <p><b>JANTAR</b> Sopa de legumes e frango desfiado</p>

## ORIENTAÇÕES IMPORTANTES!

- ✓ Aumente e varie o consumo de frutas, legumes e verduras. Elas são ricas em vitaminas, minerais e fibras. As vitaminas e minerais colaboram na manutenção e no bom funcionamento do organismo. As fibras regulam o funcionamento intestinal, dão sensação de saciedade e podem atuar prevenindo várias doenças.
- ✓ Nós somos os formadores de hábitos das nossas crianças, ofereça novos alimentos e cuidado com excesso de sal e açúcar. **Em caso de alguma criança com intolerância ou alergia alimentar comunicar a nutricionista.**
- ✓ OS PRODUTOS DA COMPRA DIRETA VÃO SER ENTREGUES CONFORME A PRODUÇÃO DOS PRODUTORES.
- ✓ TEMPEROS: As crianças podem consumir muitos tipos de temperos, desde que sejam os temperos frescos como: alho, cebola, alho poró, louro, salsa, cebolinha, manjericão, orégano. **Evite o sal, açúcar e óleo em excesso nas preparações.**
- ✓ **Deve-se oferecer água filtrada entre as refeições.**
- ✓ Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme Resolução FNDE nº 26/2013.
- ✓ **MAMADEIRA:**  
*Fórmula Infantil > de 1 ano*  
*Leite UHT integral < de 1 ano*
- ✓ Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE – Manual de Orientação para Alimentação Escolar, conforme Resolução FNDE nº 06, de 08 de maio de 2020.
- ✓ **O cardápio poderá sofrer alterações, substituindo-se alimentos por outros de mesmo valor nutricional, caso haja alguma intercorrência, com autorização prévia da Nutricionista.**
- ✓ **CRIANÇAS ENTRE 6 E 8 MESES DEVEM SE ALIMENTAR COM ALIMENTOS AMASSADOS COM O GARFO, DEVE TER ASPECTO DE PURÊ OU PAPA;**
- ✓ **CRIANÇAS ENTRE 9 A 11 MESES DEVEM CONSUMIR ALIMENTO QUE TENHAM TEXTURA NORMAL, PORÉM BEM PEQUENOS;**
- ✓ **CRIANÇAS ENTRE 1 A 6 ANOS, TEXTURA DO ALIMENTO NORMAL;**
- ✓ O alimento deve ser oferecido para a criança em pratos com colheres apropriadas para a idade, a água e outros líquidos recomenda-se o uso de copinhos;
- ✓ **Os alimentos devem ser oferecidos separadamente**, para que a criança aprenda a identificar cores e sabores, colocar as porções de cada alimento no prato sem misturá-las.