

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RESERVA DO IGUAÇU - PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO ESCOLAR INTEGRAL - SEM FEIJÃO, ERVILHA, LENTILHA, GRÃO DE BICO

MODALIDADE: Educação infantil
 (De 1 ano a 4 anos) – CMEI
05-02 a 28-02 – FEVEREIRO 2025

HORÁRIO	03-02 segunda	04-02 terça	05-02 quarta	06-02 quinta	07-02 sexta
8:30	CAPACITAÇÃO	CAPACITAÇÃO	Leite quente Pão (AF)* com manteiga	Leite com baunilha Biscoito caseiro (AF)*	Chá de ervas Ovos mexidos
11:00			Arroz Carne bovina desfiada Salada (AF)*	Arroz Carne moída com abobrinha Salada (AF)*	Arroz Quirera com carne de porco desfiado e couve, Salada (AF)*
13:30			Fruta**	Fruta**	Fruta**
16:00			Suco integral de uva Torta salgada de frango	Polenta Frango ao molho	Macarrão à bolonhesa
HORÁRIO	10-02 segunda	11-02 terça	12-02 quarta	13-02 quinta	14-02 sexta
8:30	Leite com cacau Pão de queijo	Leite quente Pão (AF)* com geleia sem açúcar	Chá de ervas Pão (AF)* com queijo	Leite com baunilha Pão (AF)* com requeijão	Chá de ervas Bolo de aveia com banana
11:00	Arroz Frango assado, farofinha de repolho	Arroz, Macarrão ao molho vermelho com almondegas, salada (AF)*	Arroz, purê de batata, iscas de carne bovina, salada (AF)*	Arroz integral, legumes refogados, pernil assado e desfiado, salada (AF)*	Arroz, moída com milho, salada (AF)*
13:30	Fruta**	Fruta**	Fruta**	Fruta**	Fruta**
16:00	Chá de ervas Farofinha de ovo	Polenta Frango ao molho	Sopa com macarrão e batata salsa	Arroz, lasanha de carne moída	Suco de polpa de fruta Torta salgada de legumes

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO

NUTRICIONISTA: Jéssica Gonçalves Pereira
 CRN 8-8366

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RESERVA DO IGUAÇU - PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO ESCOLAR INTEGRAL - SEM FEIJÃO, ERVILHA, LENTILHA, GRÃO DE BICO

MODALIDADE: Educação infantil
 (De 1 ano a 4 anos) – CMEI
05-02 a 28-02 – FEVEREIRO 2025

HORÁRIO	17-02 segunda	18-02 terça	19-02 quarta	20-02 quinta	21-02 sexta
8:30	Chá de ervas Farofinha de ovo	Leite quente Pão (AF)* com manteiga	Chá de ervas Pão (AF)* com ovos mexidos	Leite com baunilha Pão (AF)* com requeijão	Chá de ervas Bolo de aveia com maçã
11:00	Arroz Frango assado, farofinha de repolho	Arroz, macarrão ao molho vermelho com moída, salada (AF)*	Arroz, frango grelhado, legumes refogados, salada (AF)*	Arroz, quirera com carne de porco, salada (AF)*	Arroz, moída com milho, salada (AF)*
13:30	Fruta**	Fruta**	Fruta**	Fruta**	Fruta**
16:00	Sopa com macarrão e legumes	Chá Viradinho de ovos	Suco de uva integral Bolo de cenoura sem açúcar	Macarrão à bolonhesa	Polenta Frango ao molho
HORÁRIO	24-02 segunda	25-02 terça	26-02 quarta	27-02 quinta	28-02 sexta
8:30	Leite quente Pão de queijo	Chá de ervas Pão (AF)* com geleia sem açúcar	Leite com baunilha Pão (AF)* com requeijão	Chá de ervas com leite Bolacha caseira (AF)*	Chá de ervas Viradinho de ovos
11:00	Arroz, ovos mexidos, salada (AF)*	Arroz, macarrão com brócolis e molho branco, iscas de carne gado	Arroz, lasanha de frango, salada (AF)*	Arroz, quirera com carne de porco, salada (AF)*	Arroz, ovos cozidos, legumes refogados
13:30	Fruta**	Fruta**	Fruta**	Fruta**	Fruta**
16:00	Suco de polpa de fruta Torta salgada de legumes	Polenta Frango ao molho	Sopa com macarrão e batata	Macarrão à bolonhesa	Sopa de legumes e frango

NUTRICIONISTA: Jéssica Gonçalves Pereira
 CRN 8-8366

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO

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 para crianças abaixo de 1 ano de idade.
Leite UHT integral para crianças acima de 1 ano de idade.
- ✓ 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;
- ✓ **É PROIBIDO A ADIÇÃO DE AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.**
- ✓ * AF: Produtos da Agricultura Familiar.
- ✓ **Fruta: Variar o consumo diário de frutas.