

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RESERVA DO IGUAÇU - PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO ESCOLAR SEM LACTOSE INTEGRAL

MODALIDADE: Educação infantil
 (De 1 ano a 4 anos) – CMEI
05-05 a 30-05 – MAIO 2025

HORÁRIO				01-05 quinta	02-05 sexta
8:30					
11:00					
13:30					
16:00					
				DIA DO TRABALHADOR	RECESSO ESCOLAR
HORÁRIO	05-05 segunda	06-05 terça	07-05 quinta	08-05 quinta	09-05 sexta
8:30	Chá de ervas Viradinho de feijão	Chá de ervas com leite sem lactose, Pão (AF)* com manteiga sem lactose	Chá de ervas Pão (AF)* com geleia de fruta sem açúcar	Leite sem lactose com baunilha Biscoito caseiro (AF)*	Leite sem lactose com cacau, Bolo de banana com aveia
11:00	Arroz, feijão, carne moída com legumes, salada (AF)*	Arroz, feijão, quirera com carne de porco, salada (AF)*	Arroz, feijão, ovos cozidos, legumes refogados	Arroz, Feijão preto Carne moída com abobrinha Salada (AF)*	Arroz, Feijão Quirera com carne de porco desfiado e couve, Salada (AF)*
13:30	Fruta**	Fruta**	Fruta**	Fruta**	Fruta**
16:00	Polenta, frango ao molho	Macarrão à bolonhesa	Sopa de legumes e frango	Chá Farofinha de ovo	Chá Torta salgada de legumes

NUTRICIONISTA: Jéssica Gonçalves Pereira
 CRN 8-8366

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RESERVA DO IGUAÇU - PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO ESCOLAR SEM LACTOSE INTEGRAL

MODALIDADE: Educação infantil
 (De 1 ano a 4 anos) – CMEI
05-05 a 30-05 – MAIO 2025

HORÁRIO	12-05 segunda	13-05 terça	14-05 quarta	15-05 quinta	16-05 sexta
8:30	Chá de ervas Ovos mexidos	Leite quente sem lactose, Pão (AF)* com geleia sem açúcar	Chá de ervas Pão (AF)* com requeijão sem lactose	Leite sem lactose com baunilha, Torta salgada de legumes	Chá de ervas Bolo de aveia com banana
11:00	Arroz, feijão, frango assado, farofinha de repolho	Arroz, feijão, macarrão ao molho vermelho com almondegas, salada (AF)*	Arroz, feijão, purê de batata sem lactose, iscas de carne bovina, salada (AF)*	Arroz, feijão, abóbora, pernil assado e desfiado, salada (AF)*	Arroz, feijão, moída com milho e legumes, salada (AF)*
13:30	Fruta**	Fruta**	Fruta**	Fruta**	Fruta**
16:00	Macarrão à bolonhesa	Polenta Frango ao molho	Suco de uva integral Torta salgada de frango	Sopa de feijão com macarrão e batata salsa	Chá Viradinho de feijão

HORÁRIO	19-05 segunda	20-05 terça	21-05 quarta	22-05 quinta	23-05 sexta
8:30	Chá de ervas Farofinha de ovo	Leite quente sem lactose, Pão (AF)* com manteiga sem lactose	Chá de ervas Torta salgada de moída	Leite sem lactose com cacau Bolacha caseira (AF)*	Leite sem lactose com baunilha Viradinho de feijão
11:00	Arroz, feijão, frango assado, farofinha de repolho	Arroz, feijão, macarrão ao molho vermelho com moída, salada (AF)*	Arroz, estrogonofe de carne sem lactose, batata palha, saladas (AF)*	Risoto de frango, feijão, salada (AF)*	Arroz, feijão, quirera com carne de porco, saladas (AF)*
13:30	Fruta**	Fruta**	Fruta**	Fruta**	Fruta**
16:00	Sopa de feijão com macarrão e legumes	Chá Viradinho de feijão	Suco de uva integral Bolo de fubá	Macarrão à bolonhesa	Canja

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 SEM LACTOSE INTEGRAL

MODALIDADE: Educação infantil
 (De 1 ano a 4 anos) – CMEI
05-05 a 30-05 – MAIO 2025

HORÁRIO	26-05 segunda	27-05 terça	28-05 quarta	29-05 quinta	30-05 sexta
8:30	Chá de ervas Viradinho de feijão	Leite sem lactose com cacau, Pão (AF)* com manteiga sem lactose	Leite sem lactose com baunilha, Pão (AF)* com requeijão sem lactose	Chá de ervas com leite sem lactose Bolacha caseira (AF)*	Chá de ervas Torta salgada de legumes
11:00	Arroz, feijão, ovos cozidos, legumes refogados	Arroz, feijão, batata assada, iscas de carne gado, salada (AF)*	Arroz, feijão, carne moída ao molho, polenta, saladas (AF)*	Arroz, feijão, quirera com carne de porco, salada (AF)*	Arroz, feijão, escondidinho de carne moída, saladas (AF)*
13:30	Fruta**	Fruta**	Fruta**	Fruta**	Fruta**
16:00	Sopa de legumes e frango	Canja	Sopa de feijão 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.

NUTRICIONISTA: Jéssica Gonçalves Pereira
CRN 8-8366