



*Secretaria Municipal de Educação de Arapongas*

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6-10 anos)**



**Secretaria Municipal  
de EDUCAÇÃO**

<b>5ª SEMANA</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA 27/09/21</b>	<b>TERÇA-FEIRA 28/09/21</b>	<b>QUARTA-FEIRA 29/09/21</b>	<b>QUINTA-FEIRA 30/09/21</b>	<b>SEXTA-FEIRA 01/10/21</b>
Café da manhã	Leite com chocolate 50% cacau Pão mini francês com margarina	Leite com chocolate 50% cacau Pão mini francês com margarina	Leite com chocolate 50% cacau Pão mini francês com margarina	Leite com chocolate 50% cacau Pão mini francês margarina	Leite com chocolate 50% cacau Pão mini francês com margarina
Almoço	Arroz Carne moída refogada  Salada de repolho	Arroz Carne de panela Salada de alface  Banana	Arroz Feijão Sassami grelhado Salada	Macarrão ao molho de carne em tiras  Maçã	Arroz Feijão preto Pernil em tiras  Salada
	----	iogurte de fruta Biscoito rosquinha	-----	Leite com chocolate 50% cacau Pão mini francês com margarina	-----

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
	768	115	18	16	8	328	135	195	3	82	5	736

Cibele Recco Vendrametto de Araújo CRN-1597  
Viviane H. Arakawa Futata CRN-1062