



Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (1- 3 anos)



Secretaria Municipal
de **EDUCAÇÃO**

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 13/09/21	TERÇA-FEIRA 14/09/21	QUARTA-FEIRA 15/09/21	QUINTA-FEIRA 16/09/21	SEXTA-FEIRA 17/09/21
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 com cenoura ralada Salada de Repolho ou Acelga	Arroz Carne em cubos com batata Salada de brócolis Banana	Arroz Strogonoff de frango (sassami) Batata palha Salada de Alface	Arroz Tiras de pernil ao molho Salada de couve Maçã	Arroz com cenoura Coxa e sobrecoxa assada Salada de Acelga
Lanche da Tarde	Leite com chocolate 50% cacau Bolacha Rosquinha	iogurte de frutas Bolacha caseira	Vitamina de Abacate Bolacha de leite	Chá gelado Bolacha caseira	Suco de polpa de fruta Torta de legumes
Jantar	Polenta com molho de carne em tiras ou cubos	Macarrão Primavera (Sassami, milho, ervilha e cenoura ralada)	Canja de galinha	Arroz Carne moída com tomate, cebola e cheiro verde	Macarrão com molho de tomate

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)
	799	220	25	19	8	309	26	227	4	103	4	770

Cibele Recco Vendrametto de Araújo CRN-1597

Viviane H. Arakawa Futata CRN-1062