

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TOLEDO/PR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - CMEI**  
**FAIXA ETÁRIA (01 – 3 ANOS)**

**Março/2023**

|                            | <b>2ª FEIRA<br/>06/03</b>                                    | <b>3ª FEIRA<br/>07/03</b>   | <b>4ª FEIRA<br/>08/03</b>   | <b>5ª FEIRA<br/>09/03</b>   | <b>6ª FEIRA<br/>10/03</b>                              |
|----------------------------|--|---|---|---|--|
| <b>CAFÉ DA MANHÃ 8h</b>    | Leite/pão batata doce com nata                               | Leite/pão batata doce com manteiga  | Leite/pão sovadinho com nata  | Leite/pão sovadinho com manteiga                                    | Vitamina mamão/bolinha batata doce                     |
| <b>ALMOÇO 10h30</b>        | Arroz, feijão, macarrão com molho carne moída, alface/tomate | Arroz, feijão, frango ao molho, inhame refogado, alface/beterraba/abobrinha | Arroz, feijão, carne panela, farofa com legumes (tomate, cebola, cenoura, tomate), alface | Arroz, feijão, bife acebolado, nhoque batata doce, beterraba/alface | Feijão, risoto de frango, beterraba/abobrinha          |
| <b>LANCHE DA TARDE 14h</b> | Banana maçã  | pera  | goiaba  | Mamão vermelho  | abacaxi  |
| <b>JANTAR 16h30</b>        | Canjiquinha com molho carne moída, salada abobrinha          | Macarronada com molho frango, salada alface                                 | Carreteiro, salada alface/tomate  | Polenta com molho carne moída, alface                               | Macarronada com molho frango, salada abobrinha/cenoura |

| <b>Composição nutricional<br/>(Média semanal)</b> | <b>Energia<br/>(Kcal)</b> | <b>CHO<br/>(g)</b>          | <b>PTN<br/>(g)</b>          | <b>LPD<br/>(g)</b>          | <b>Vit. A<br/>(mcg)</b> | <b>Vit. C (mg)</b> | <b>Ca<br/>(mg)</b> | <b>Fe<br/>(mg)</b> |
|---|---------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-------------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
|   |                           | <b>55% a 65%<br/>do VET</b> | <b>10% a 15%<br/>do VET</b> | <b>15% a 30% do<br/>VET</b> |                         |                    |                    |                    |
|   |                           | 749,78                      | 104g                        | 28g                         |                         |                    |                    |                    |
|   | 56%                       | 15%                         | 30%                         |                             |                         |                    |                    |                    |

**Liliane Paludo, CRN-472/8**

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TOLEDO/PR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - CMEI**

**FAIXA ETÁRIA (01 – 3 ANOS)**

**Março/2023**

|                            | <b>2ª FEIRA<br/>13/03</b>                              | <b>3ª FEIRA<br/>14/03</b>                             | <b>4ª FEIRA<br/>15/03</b>                               | <b>5ª FEIRA<br/>16/03</b>   | <b>6ª FEIRA<br/>17/03</b>                                       |
|----------------------------|--|---|---|---|---|
| <b>CAFÉ DA MANHÃ 8h</b>    | Leite/pão cenoura com nata                             | Leite/pão cenoura com manteiga                        | Leite/ pão cenoura com nata                             | Leite/pão batata doce com manteiga                                      | Leite/pão batata doce com nata                                  |
| <b>ALMOÇO 10h30</b>        | Arroz, feijão, filé tilápia assado com batatas, chuchu | Arroz, feijão, purê batatas, bife, quiabo com cenoura | Arroz, feijão, mandioca, carne de panela, chuchu/tomate | Arroz, feijão, peito frango gratinado com creme de milho, chuchu/tomate | Arroz, feijão, canjiquinha com carne suína, quiabo refogado     |
| <b>LANCHE DA TARDE 14h</b> | Banana prata   | ameixa  | Maçã gala   | Mamão vermelho  | melancia  |
| <b>JANTAR 16h30</b>        | Arroz, vaca atolada, salada chuchu/cenoura             | Esfirra com recheio de frango                         | Arroz, feijão, carne de panela, cenoura.                | Macarronada com molho frango, chuchu                                    | Torta salgada com legumes (carne suína, tomate cebola, cenoura) |

| <b>Composição nutricional<br/>(Média semanal)</b> | <b>Energia<br/>(Kcal)</b> | <b>CHO<br/>(g)</b>          | <b>PTN<br/>(g)</b>          | <b>LPD<br/>(g)</b>          | <b>Vit. A<br/>(mcg)</b> | <b>Vit. C (mg)</b> | <b>Ca<br/>(mg)</b> | <b>Fe<br/>(mg)</b> |
|---|---------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-------------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
|   |                           | <b>55% a 65%<br/>do VET</b> | <b>10% a 15%<br/>do VET</b> | <b>15% a 30% do<br/>VET</b> |                         |                    |                    |                    |
|   |                           | 766,49                      | 55%                         | 27g                         |                         |                    |                    |                    |

**Liliane Paludo, CRN-472/8**

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TOLEDO/PR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - CMEI**

**FAIXA ETÁRIA (01 – 3 ANOS)**

**Março/2023**

|                            | <b>2ª FEIRA<br/>20/03</b>                                 | <b>3ª FEIRA<br/>21/03</b>                                 | <b>4ª FEIRA<br/>22/03</b>  | <b>5ª FEIRA<br/>23/03</b>                           | <b>6ª FEIRA<br/>24/03</b>                              |
|----------------------------|---|---|--|---|--|
| <b>CAFÉ DA MANHÃ 8h</b>    | Leite/pão sovadinho com nata                              | Leite/pão sovadinho com manteiga                          | Leite/pão sovadinho com nata   | Leite/pão cenoura com nata                          | Leite/pão cenoura com manteiga                         |
| <b>ALMOÇO 10h30</b>        | Arroz, feijão, canjiquinha com molho carne moída, repolho | Arroz, feijão, picadinho carne ao molho, macarrão, pepino | Arroz, feijão, bife, polenta, repolho/cenoura                        | Arroz, feijão, macarronada com molho frango, pepino | Feijão, carreteiro, tomate/repolho                     |
| <b>LANCHE DA TARDE 14h</b> | banana nanica   | Melancia  | pera   | abacaxi   | Mamão vermelho   |
| <b>JANTAR 16h30</b>        | Arroz, carne moída com batatas, salada repolho            | Gostosinho e água de coco                                 | Arroz, feijão, omelete com legumes (tomate, cebola, cenoura, batata) | Risoto frango com cenoura                           | Sopa feijão (macarrão, carne, batata, cebola, cenoura) |

| <b>Composição nutricional<br/>(Média semanal)</b> | <b>Energia<br/>(Kcal)</b> | <b>CHO<br/>(g)</b>          | <b>PTN<br/>(g)</b>          | <b>LPD<br/>(g)</b>          | <b>Vit. A<br/>(mcg)</b> | <b>Vit. C (mg)</b> | <b>Ca<br/>(mg)</b> | <b>Fe<br/>(mg)</b> |
|---|---------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-------------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
|   |                           | <b>55% a 65%<br/>do VET</b> | <b>10% a 15%<br/>do VET</b> | <b>15% a 30% do<br/>VET</b> |                         |                    |                    |                    |
|   | 790,69                    | 112g<br>57%                 | 28g<br>14%                  | 26g<br>29%                  | 246,07                  | 41,55              | 219,53             | 4,45               |

**Liliane Paludo, CRN-472/8**

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TOLEDO/PR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - CMEI**

**FAIXA ETÁRIA (01 – 3 ANOS)**

**Março/2023**

|                            | <b>2ª FEIRA<br/>27/03</b>                                     | <b>3ª FEIRA<br/>28/03</b>  | <b>4ª FEIRA<br/>29/03</b>  | <b>5ª FEIRA<br/>30/03</b>   | <b>6ª FEIRA<br/>31/03</b>  |
|----------------------------|---|----------------------------|--|---|--|
| <b>CAFÉ DA MANHÃ 8h</b>    | Leite/pão batata doce com queijo                              | <b>REFLEXÃO PEDAGÓGICA</b> | Leite/ pão cenoura com nata  | Leite/pão cenoura com queijo  | Leite/biscoito polvilho (polvilho azedo, óleo, ovo, sal)   |
| <b>ALMOÇO 10h30</b>        | Arroz, feijão, macarrão com molho carne moída, tomate/cenoura | <b>REFLEXÃO PEDAGÓGICA</b> | Arroz, feijão, bife, moranga, beterraba  | Arroz, feijão, macarronada como molho frango desfiado, cenoura/beterraba                            | Arroz, feijão, polenta, picadinho carne ao molho, berinjela  |
| <b>LANCHE DA TARDE 14h</b> | Banana maçã   | <b>REFLEXÃO PEDAGÓGICA</b> | Maçã gala  | Ameixa  | Mamão vermelho   |
| <b>JANTAR 16h30</b>        | Polenta com molho carne moída, beterraba                      | <b>REFLEXÃO PEDAGÓGICA</b> | Sopa de macarrão com carne e legumes (tomate, cebola, cenoura, batata inglesa) | Bolinho de abóbora com carne moída enriquecido com aveia (abóbora, carne moída, aveia) Água de coco | Torta salgada sem leite/sem ovos (farinha trigo, óleo, tomate, cebola, cenoura, milho/ervilha) Suco de uva |

| <b>Composição nutricional<br/>(Média semanal)</b> | <b>Energia<br/>(Kcal)</b> | <b>CHO<br/>(g)</b>          | <b>PTN<br/>(g)</b>          | <b>LPD<br/>(g)</b>          | <b>Vit. A<br/>(mcg)</b> | <b>Vit. C (mg)</b> | <b>Ca<br/>(mg)</b> | <b>Fe<br/>(mg)</b> |
|---|---------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-------------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
|   |                           | <b>55% a 65%<br/>do VET</b> | <b>10% a 15%<br/>do VET</b> | <b>15% a 30% do<br/>VET</b> |                         |                    |                    |                    |
|   | 770,63                    | 110g<br>57%                 | 28g<br>14%                  | 26g<br>30%                  | 267,44                  | 35,47              | 263,13             | 3,85               |

**Liliane Paludo, CRN-472/8**

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TOLEDO/PR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - CMEI**

**FAIXA ETÁRIA (01 – 3 ANOS)**

**abril/2023**

|                            | <b>2ª FEIRA<br/>03/04</b>                                      | <b>3ª FEIRA<br/>04/04</b>                                   | <b>4ª FEIRA<br/>05/04</b>                                  | <b>5ª FEIRA<br/>06/04</b>  | <b>6ª FEIRA<br/>07/04</b> |
|----------------------------|--|---|--|--|---------------------------|
| <b>CAFÉ DA MANHÃ 8h</b>    | Leite/pão sovadinho com nata                                   | Leite/esfirra recheio carne moída                           | Leite/pão sovadinho com nata                               | Suco uva/pão sovadinho com manteiga                              | <b>Sexta-feira Santa</b>  |
| <b>ALMOÇO 10h30</b>        | Arroz, feijão, bife acebolado, quiabo refogado                 | Arroz, feijão, polenta com molho carne moída, pepino/tomate | Arroz, feijão, panqueca com recheio frango, pepino/cenoura | Arroz, feijão, carne panela, batata doce cozida, quiabo refogado | <b>Sexta-feira Santa</b>  |
| <b>LANCHE DA TARDE 14h</b> | Banana maçã  | Pera  | Mamão vermelho   | Caqui fuiu   | <b>Sexta-feira Santa</b>  |
| <b>JANTAR 16h30</b>        | Torta salgada de legumes (carne gado, tomate, cebola, cenoura) | Macarronada com carne moída, quiabo refogado                | Arroz, feijão, frango ao molho, tomate/pepino/cenoura.     | Carreteiro , salada pepino                                       | <b>Sexta-feira Santa</b>  |

| <b>Composição nutricional<br/>(Média semanal)</b> | <b>Energia<br/>(Kcal)</b> | <b>CHO<br/>(g)</b>          | <b>PTN<br/>(g)</b>          | <b>LPD<br/>(g)</b>          | <b>Vit. A<br/>(mcg)</b> | <b>Vit. C (mg)</b> | <b>Ca<br/>(mg)</b> | <b>Fe<br/>(mg)</b> |
|---|---------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-------------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
|   |                           | <b>55% a 65%<br/>do VET</b> | <b>10% a 15%<br/>do VET</b> | <b>15% a 30% do<br/>VET</b> |                         |                    |                    |                    |
|   | 727,50                    | 100g<br>55%                 | 25g<br>14%                  | 25g<br>31%                  | 483,23                  | 45,96              | 219,91             | 3,51               |

**Liliane Paludo, CRN-472/8**