

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

**CARDÁPIO - CMEI**

**FAIXA ETÁRIA (01 – 3 ANOS)**

**Outubro/2023**

	<b>2ª FEIRA 02/10</b>	<b>3ª FEIRA 03/10</b>	<b>4ª FEIRA 04/10</b>	<b>5ª FEIRA 05/10</b>	<b>6ª FEIRA 06/10</b>			
<b>CAFÉ DA MANHÃ 8h</b>	Leite/pão sovadinho com nata	Leite/esfirra peito frango	Leite/pão sovadinho com manteiga	Leite/pão cenoura com nata	Leite/pão cenoura com manteiga			
<b>ALMOÇO 10h30</b>	Arroz, feijão, macarrão alho e óleo, carne moída, beterraba, banana nanica	Arroz, feijão, bife acebolado, mandioca, alface/tomate, laranja pera	Arroz, feijão, polenta com molho frango, beterraba, mamão	Arroz, feijão, coxa/sob frango assada, beterraba/brocolis, manga	Feijão, carreteiro, brócolis, melão amarelo			
<b>LANCHE DA TARDE 14h</b>	banana nanica	laranja pera	mamão vermelho	manga	melão amarelo			
<b>JANTAR 16h30</b>	Arroz, feijão, macarrão alho e óleo, carne moída, beterraba	Arroz, feijão, bife acebolado, mandioca, alface/tomate	Arroz, feijão, polenta com molho frango, beterraba	Arroz, feijão, coxa/sob frango assada, beterraba/brocolis	Feijão, carreteiro, brócolis			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>				
		754,27	115g 61%	27g 14%				

**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)**

**Outubro/2023**

	<b>2ª FEIRA 09/10</b>	<b>3ª FEIRA 10/10</b>	<b>4ª FEIRA 11/10</b>	<b>5ª FEIRA 12/10</b>	<b>6ª FEIRA 13/10</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ 8h</b>	Leite/pão sovadinho com nata	Leite/pão sovadinho com manteiga	Leite/pão sovadinho c/ manteiga	<b>Nossa Senhora Aparecida</b>	<b>Recesso</b>
<b>ALMOÇO 10h30</b>	Arroz , feijão, carne moída c/ batatas, repolho refogado, banana nanica	Arro, feijão, polenta com molho frango, couve-flor, melancia	Arroz, feijão, picadinho carne ao molho, repolho/couve-flor, maçã	<b>Nossa Senhora Aparecida</b>	<b>Recesso</b>
<b>LANCHE DA TARDE 14h</b>	banana nanica	melancia	maçã	<b>Nossa Senhora Aparecida</b>	<b>Recesso</b>
<b>JANTAR 16h30</b>	Arroz , feijão, carne moída c/ batatas, repolho refogado	Suco uva, bolinho de arroz com frango	Arroz, feijão, picadinho carne ao molho, repolho/couve-flor, maçã	<b>Nossa Senhora Aparecida</b>	<b>Recesso</b>

<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>				
	727,80	108g 59%	26g 14%	22g 27%	139	34,59	143,82	4,68

**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)**

**Outubro/2023**

	<b>2ª FEIRA 16/10</b>	<b>3ª FEIRA 17/10</b>	<b>4ª FEIRA 18/10</b>	<b>5ª FEIRA 19/10</b>	<b>6ª FEIRA 20/10</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ 8h</b>	Leite/pão sovadinho com nata	Leite/esfirra carne moída	Leite/pão sovadinho com nata	Leite/pão batata doce com manteiga	Leite/pão batata doce com manteiga
<b>ALMOÇO 10h30</b>	Arroz, feijão, peixe assado com batatas e cenoura, alface, banana nanica	Arroz, feijão, bife, macarrão com molho, vagem, mamão	Arroz, feijão, frango assado, chuchu/cenoura, melancia	Arroz , feijão, cabotiá refogada, carne suína, vagem/tomate, maçã	Feijão, risoto, alface/tomate, abacaxi
<b>LANCHE DA TARDE 14h</b>	banana nanica	mamão vermelho	melancia	maçã	abacaxi
<b>JANTAR 16h30</b>	Arroz, feijão, peixe assado com batatas e cenoura, alface, banana nanica	Arroz, feijão, bife, macarrão com molho, vagem	Arroz, feijão, frango assado, chuchu/cenoura	Arroz , feijão, cabotiá refogada, carne suína, vagem/tomate	Feijão, risoto, alface/tomate

<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>				
	729,36	110g 61%	27g 15%	21g 25%	258,61	50,07	150,93	4,61

**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)**

**Outubro/2023**

	<b>2ª FEIRA 23/10</b>	<b>3ª FEIRA 24/10</b>	<b>4ª FEIRA 25/10</b>	<b>5ª FEIRA 26/10</b>	<b>6ª FEIRA 27/10</b>			
<b>CAFÉ DA MANHÃ 8h</b>	Leite/pão sovadinho c/ manteiga	Leite/pão sovadinho c/ manteiga	Leite/pão sovadinho c/ manteiga	Leite/pão cenoura c/ nata	Leite/pão cenoura c/ nata			
<b>ALMOÇO 10h30</b>	Arroz, feijão, bife, couve-flor, banana nanica	Arroz, feijão polenta c/ molho carne moída, beterraba, laranja pera	Arroz, feijão, peixe assado com batatas, couve-flor/cenoura, melancia	Arroz, feijão, peito frango assado, beterraba, manga	Feijão, Carreteiro com paleta gado, tomate/cenoura, melão			
<b>LANCHE DA TARDE 14h</b>	banana nanica	laranja pera	melancia	manga	melão			
<b>JANTAR 16h30</b>	Arroz, feijão, bife, couve-flor	Arroz, feijão polenta c/ molho carne moída, beterraba	Arroz, feijão, peixe assado com batatas, couve-flor/cenoura, melancia	Arroz, feijão, peito frango assado, beterraba	Feijão, Carreteiro com paleta gado, tomate/cenoura			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>				
		736,09	109g 59%	27g 15%				

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