

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

CARDÁPIO - CMEI
FAIXA ETÁRIA (01 – 3 ANOS)

Novembro/2023

	2ª FEIRA 30/10	3ª FEIRA 31/10	4ª FEIRA 01/11	5ª FEIRA 02/11	6ª FEIRA 03/11
CAFÉ DA MANHÃ 8h	Leite/pão sovadinho com manteiga	Leite/pão sovadinho com manteiga	Leite/pão sovadinho com manteiga	FINADOS	RECESSO
ALMOÇO 10h30	Arroz, feijão, peixe assado com batatas e cenoura, repolho, banana nanica	Arroz, feijão, polenta com molho de frango, brócolis/cenoura, maçã gala	Arroz, feijão, strognoff com carne e nata, repolho/tomate, mamão	FINADOS	RECESSO
LANCHE DA TARDE 14h	banana nanica	maçã gala	mamão vermelho	FINADOS	RECESSO
JANTAR 16h30	Arroz, feijão, peixe assado com batatas e cenoura, repolho	Arroz, feijão, polenta com molho de frango, brócolis/cenoura	Torta salgada com carne e legumes (carne gado, tomate, cebola, cenoura, brócolis) e suco uva	FINADOS	RECESSO

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	767,50	111g	26g	26g	381,50	60,64	173,69	4,81
		58%	13%	31%				

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)

novembro/2023

	2ª FEIRA 06/11	3ª FEIRA 07/11	4ª FEIRA 08/11	5ª FEIRA 09/11	6ª FEIRA 10/11			
CAFÉ DA MANHÃ 8h	Leite/pão sovadinho com nata	Leite/pão sovadinho com nata	Leite/pão sovadinho com manteiga	Leite/pão sovadinho c/ manteiga	Leite/pão sovadinho c/ nata			
ALMOÇO 10h30	Arroz, feijão, carne moída com batatas, chuchu/tomate, banana prata	Arroz, feijão, macarrão com molho frango, abobrinha, manga	Arroz, feijão, carne panela, farofa com legumes (tomate, cebola, cenoura), chuchu, melancia	Arroz, feijão, carne suína e canjiquinha, abobrinha /tomate, mamão	Arroz, feijão, bolinho abóbora com carne moída enriquecido com aveia, tomate/abobrinha, pêssego/maçã			
LANCHE DA TARDE 14h	banana prata	manga	melancia	mamão vermelho	pêssego/maçã			
JANTAR 16h30	Arroz, feijão, carne moída com batatas, chuchu/tomate	Arroz, feijão, macarrão com molho frango, abobrinha, manga	Arroz, feijão, carne panela, farofa com legumes (tomate, cebola, cenoura), chuchu	Arroz, feijão, carne suína e canjiquinha, abobrinha /tomate	Arroz, feijão, bolinho abóbora com carne moída enriquecido com aveia, tomate/abobrinha			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		729,64	109g 60%	26 g 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)

novembro/2023

	2ª FEIRA 13/11	3ª FEIRA 14/11	4ª FEIRA 15/11	5ª FEIRA 16/11	6ª FEIRA 17/11
CAFÉ DA MANHÃ 8h	Leite/pão sovadinho com nata	Leite/pão sovadinho com nata	Proclamação da República	Leite/pão sovadinho com nata	Leite/pão sovadinho com manteiga
ALMOÇO 10h30	Arroz , feijão, carne moída ao molho, repolho refogado, banana prata	Feijão, risoto de frango com cenoura, beterraba, goiaba	Proclamação da República	Arroz, feijão, polenta, canjiquinha, carne suína, beterraba, maçã gala	Arroz, Feijão, purê batatas, carne moída ao molho, repolho/cenoura, melão
LANCHE DA TARDE 14h	banana prata	goiaba	Proclamação da República	maçã gala	melão amarelo
JANTAR 16h30	Arroz , feijão, carne moída ao molho, repolho refogado	Feijão, risoto de frango com cenoura, beterraba	Proclamação da República	Arroz, feijão, polenta, canjiquinha, carne suína, beterraba	Gostosinho e suco uva

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	726,50	106g 59%	27g 15%	22g 27%	179,72	23,33	155,32	4,72

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)

novembro/2023

	2ª FEIRA 20/11	3ª FEIRA 21/11	4ª FEIRA 22/11	5ª FEIRA 23/11	6ª FEIRA 24/11			
CAFÉ DA MANHÃ 8h	Leite/pão sovadinho com nata	Leite/ esfirra carne moída	Leite/pão sovadinho com queijo	Leite/pão cenoura com manteiga	Leite/pão cenoura com manteiga			
ALMOÇO 10h30	Arroz, feijão, macarrão com molho carne moída, chicória/tomate, banana nanica	Arroz, feijão, bife acebolado, vagem/cenoura, mamão vermelho	Arroz, feijão, canjiquinha, paleta suína assada, chuchu, abacaxi	Arroz, feijão, peito frango gratinado com creme milho vagem/chicória, maçã	Feijão, risoto, tomate/chuchu, pêssego/melancia			
LANCHE DA TARDE 14h	Banana nanica	mamão vermelho	abacaxi	maçã gala	pêssego/melancia			
JANTAR 16h30	Arroz, feijão, macarrão com molho carne moída, chicória/tomate	Arroz, feijão, bife acebolado, vagem/cenoura	Arroz, feijão, canjiquinha, paleta suína assada, chuchu	Arroz, feijão, peito frango gratinado com creme milho vagem/chicória	Feijão, risoto, tomate/chuchu			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		767,16	111g 58%	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)

novembro/2023

	2ª FEIRA 27/11	3ª FEIRA 28/11	4ª FEIRA 29/11	5ª FEIRA 30/11	6ª FEIRA 01/12			
CAFÉ DA MANHÃ 8h	Leite/pão sovadinho com nata	Leite/pão sovadinho com nata	Leite/pão batata doce com manteiga	Leite/pão batata doce com manteiga	Leite/pão batata doce com nata			
ALMOÇO 10h30	Arroz, feijão, macarrão, molho de carne moída, tomate/abobrinha, banana nanica	Arroz, feijão, bife, polenta, brócolis/cenoura, maçã	Arroz, feijão, frango, macarrão primavera (cenoura, brócolis, abobrinha), melancia	Arroz, feijão, Panqueca colorida (massa cenoura, recheio frango), abobrinha/cenoura, uva	Arroz, feijão, creme ervilha com carne picada, brócolis, laranja pera			
LANCHE DA TARDE 14h	banana nanica	maçã gala	melancia	uva niágara	laranja pera			
JANTAR 16h30	Arroz, feijão, macarrão, molho de carne moída, tomate/abobrinha	Torta salgada com legumes (tomate, cebola, cenoura, brócolis, carne gado), gelatina saudável	Arroz, feijão, frango, macarrão primavera (cenoura, brócolis, abobrinha),	Arroz, feijão, Panqueca colorida (massa cenoura, recheio frango), abobrinha/cenoura	Arroz, feijão, creme ervilha com carne picada, brócolis			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	744,76	115g 61%	26g 14%	21g 25%	261,64	38,24	165,28	4,69

Liliane Paludo, CRN-472/8