



## Cardápio 2º trimestre 2023

ESTADODOPARANÁ PREFEITURAMUNICIPALDEARAPOTI SECRETARIAMUNICIPALDEEDUCAÇÃO E COORDENADORIADEALIMENTAÇÃOESCOLAR		<b>Maio</b> 02/05 a 05/05 15/05 a 19/05 29/05 a 02/06	<b>Junho</b> 12/06 a 16/06 26/06 a 30/06	<b>Julho</b> 24/07/ a 28/07	<b>Agosto</b> 07/08a11/08 21/08 a 25/08	<b>Nutricionista:</b> <b>Rosemeire Rodrigues</b> <b>CRN-8:179/22-S</b>			
<b>CARDÁPIO-CRECHES(1 a 3 anos)</b>									
Dias/Refeição/ Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira				
<b>Desjejum</b> 8:00h	Mingau de farinha láctea com leite	Chá + pão de Mel	Leite quente + pão com requeijão	Leite com Fruta Biscoito de maizena	Suco ou chá + Biscoito cream Cracker				
<b>Refeição</b> 10h	Omelete de forno com legumes (ex.:tomate e cenoura)  Arroz / Feijão  Salada e legumes disponíveis  Sobremesa: Gelatina	Canjiquinha com Carne de Porco  Arroz / Feijão Salada e legumes disponíveis  Sobremesa: Fruta	Macarrão com carne desfiada ao sugo  Feijão Salada e legumes disponíveis  Sobremesa: Gelatina	Filezinhodefrango com legumes  Arroz/Feijão Salada e legumes disponíveis  Sobremesa: Fruta	Polenta com Molho de Carne Moída  Arroz (Feijão opcional) Salada e legumes disponíveis  Sobremesa: Gelatina				
<b>Lanche</b> 12:30	Leite com Fruta Biscoito de maizena	Mingau de aveia	Suco ou chá + Biscoito cream Cracker	logurte com Banana	Bolo simples + suco ou chá				
<b>Jantar</b> 15:30	Frango ensopado com legumes e macarrão (pode ser em forma de sopa)  Sobremesa: Gelatina	Ovos mexidos (bem molhadinho) com pão + chá ou suco  Sobremesa: Creme de banana	Polenta com Molho de Carne  Arroz (Feijão opcional) Salada e legumes disponíveis  Sobremesa: Gelatina	Canja de arroz com frango e legumes  Sobremesa: Fruta	Pão com molho de carne moída  Sobremesa: Gelatina				
<b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL(MÉDIA SEMANAL)</b>									
<b>Energia(Kcal): 789,99</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>		
	105,78	44,28	28,01	105,66	44,5	295,99	4,8		



## Cardápio 2º trimestre 2023

ESTADODOPARANÁ PREFEITURAMUNICIPALDEARAPOTI  SECRETARIAMUNICIPALDEEDUCAÇÃO E COORDENADORIADEALIMENTAÇÃOESCOLAR	<b>Maio</b>	<b>Junho</b>	<b>Julho</b>	<b>Agosto</b>	<b>Nutricionista:</b> <b>Rosemeire Rodrigues</b> <b>CRN-8:179/22-S</b>
	08/05 a 12/05 22/05 a 26/05	05/06 a 07/06 19/06 a 23/06	03/07 a 07/07  <b>Férias</b>	31/07 a 04/08 14/08 a 18/08 28/08 a 01/09	

## CARDÁPIO-CRECHES(1 a 3 anos)

Dias/Refeição/ Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
<b>Desjejum</b> 8h	Biscoito de polvilho + Leite quente	Mingau de aveia	Suco ou chá + Pão de leite com queijo	Chá ou Suco + Biscoito cream cracker	Leite quente + pão com doce de leite
<b>Refeição</b> 10h	Macarrão a bolonhesa  Legume refogado (ex.: chuchu)  Feijão  Sobremesa: Gelatina com creme de leite	Coxa e sobrecoxa assada  Arroz / Feijão  Sobremesa: Fruta	Escondidinho de batata com molho de frango desfiado  Arroz/Feijão  Sobremesa: Gelatina com creme de leite	Espaguete ao alho e óleo  Fígado de Boi picadinho refogado  Arroz/Feijão  Sobremesa: Fruta	Carne de Panela com batatas  Arroz/Feijão  Sobremesa: Gelatina
<b>Lanche</b> 12:30	Iogurte + Pão de Mel	Leite + Biscoito de Maizena	Panqueca de banana com aveia e mel	Maçã assada	Canjica ou Arroz doce
<b>Jantar</b> 15:30	Torta de Frango com legumes + Chá ou suco  Sobremesa: Creme de gelatina com creme de leite	Polenta com Picadinho de carne no molho  Sobremesa: Creme de banana	Torta de Carne com legumes  Sobremesa: Creme de gelatina com creme de leite	Sopa de Fubá com linguiça  Sobremesa: Fruta	Ovos mexidos (bem molhadinho) com pão + leite quente  Sobremesa: Gelatina

## COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal): 812,26

	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Vit.A(mcg)	Vit.C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)
	107,96	46,79	32,56	162,11	72,66	409,87	3,44

OBSERVAÇÃO IMPORTANTE: Obrigatório **TODOS** os dias ofertar saladas e legumes (conforme disponibilidade)