



ESTADO DO PARANÁ PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPOTI SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR		Fevereiro 13/02 a 17/02 27/02 a 03/03	Março 13/03 a 17/03 27/03 a 31/03	Abril 10/04 a 14/04 24/04 a 28/04	2023	Nutricionista: Rosemeire Rodrigues CRN-8: 179/22-S			
CARDÁPIO - CRECHES (1 a 3 anos)									
Dias/Refeição/ Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira				
Desjejum 7:30h	Milkshake de maracujá com manga	Frapê de manga Biscoito Cream cracker	Suco de uva Pão de milho com queijo	Leite enriquecido com mamão, banana e aveia	Suco de fruta Aipim cozido				
Refeição 10h	Omelete tradicional Arroz campestre (cenoura, tomate, cheiro verde) Feijão Maçã	Cubos de frango refogado Quibebe Arroz / Feijão Pera	Torta de aipim com carne desfiada Salada de tomate e alface Arroz / Feijão Banana	Isca de frango Yakisoba de legumes (macarrão parafuso, cenoura, repolho, abobrinha e cheiro verde) Feijão Melancia	Picadinho misto (carne e frango) Salada de beterraba Farofa com aveia Arroz / Feijão Mamão				
Lanche 13h	Leite enriquecido com banana	iogurte com fruta	Mingau de milho	Suco de laranja com cenoura	Salada de frutas				
Jantar 16h	Estrogonofe nutritivo de Frango Salada de abobrinha Arroz / Feijão Melancia	Carne de panela com batata doce Arroz / Feijão Maçã	Peixe ensopadinho Arroz com brócolis Feijão Pera	Ragu de carne com agrião Purê de inhame Arroz / Feijão Suco de uva	Frango ensopado Canjiquinha Arroz / Feijão Banana				
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA)									
Energia (Kcal): 834,36									
	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)		
	108	48	24	447,28	100,1	420,16	4,85		



ESTADO DO PARANÁ PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPOTI SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR		Fevereiro 20/02 a 24/02	Março 06/03 a 10/03 20/03 a 24/03	Abril 03/04 a 07/04 17/04 a 21/04	2023	Nutricionista: Rosemeire Rodrigues CRN-8: 179/22-S				
CARDÁPIO - CRECHES (1 a 3 anos)										
Dias/Refeição/ Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira					
Desjejum 7:30h	Frutas com iogurte	Mingau de aveia	Suco de uva Pão de leite com queijo	Smothie de manga	Suco de frutas Pão de forma com requeijão					
Refeição 10h	Risoto de peixe Abóbora refogada Feijão Melancia	Frango ensopadinho com abobrinha Espaguete ao alho e óleo Feijão Laranja lima	Ovos mexidos com tomate e cebola Legumes sauté (batata doce e abobrinha) Arroz / Feijão Maçã	Carne moída com chuchu Aipim sauté Arroz / Feijão Mamão	Frango Xadrez Purê de batata Arroz / Feijão Banana					
Lanche 13h	Suco de frutas Aipim cozido	Sorvete de banana	Vitamina de frutas	Pera cozida com calda de laranja	Milkshake de maracujá					
Jantar 16h	Torta cremosa de frango com batata Chuchu sauté Arroz / Feijão Maçã	Picadinho de carne Repolho refogado Arroz / Feijão Pera	Arroz carreteiro (carne, cheiro verde, pimentão) Salada de alface e tomate Feijão Melancia	Salpicão de frango (cenoura, batata e cheiro verde) Arroz / Feijão Banana	Escalopinho de carne com aipim Arroz / Feijão Maçã					
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA)										
Energia (Kcal): 849,76										
		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)		
		115	47	24	372,21	64,04	431,5	4,83		