



**CARDÁPIO Nº. 01 CMEI's 1 a 4 ANOS – FEVEREIRO 2025 /1ª SEMANA**

HORÁRIO	SEGUNDA - 03/02	TERÇA - 04/02	QUARTA - 05/02	QUINTA – 06/02	SEXTA – 07/02
<b>DESJEJUM</b> (07:40h às 08:00h)	Pão caseiro s/açúcar e doce de fruta sem açúcar <b>*Leite</b> puro	Pão caseiro s/açúcar e <b>*Manteiga</b> Chá	Pão caseiro s/açúcar <b>*Leite</b> puro/ com canela	<b>*Omelete</b> Chá	Pão caseiro s/açúcar <b>*Leite</b> puro / com <b>*cacau</b>
<b>COLAÇÃO</b> <i>(para período Integral)</i> 09:00	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível
<b>ALMOÇO</b> (10:10h às 10:45h)	Arroz Feijão <b>*Ovo</b> Salada verde	Polenta Carne bovina ao molho Salada verde ou cozida Fruta	<b>*Macarronada caseira</b> com Frango Fruta Salada verde ou cozida Fruta	Sopa nutritiva com legumes Torradinha Fruta	Arroz Feijão Carne Moída Quibebe de abóbora Salada verde
<b>LANCHE TARDE</b> (13:40h às 14:00h)	Torradinha de pão caseiro s/açúcar com orégano e tomate	Fruta	Fruta	Pão caseiro s/açúcar e doce de fruta sem açúcar <b>*Leite</b> puro / com <b>*cacau</b>	<b>*Bolo de laranja</b> (Feito sem açúcar) Suco natura
<b>JANTAR</b> (15:30h às 16:30h)	Arroz Feijão <b>*Ovo</b> Salada verde	Polenta Carne bovina Salada verde ou cozida Fruta	<b>*Macarronada</b> com Frango Salada verde ou cozida Fruta	Sopa nutritiva com legumes Torradinha Fruta	Arroz Feijão Carne Moída Quibebe de abóbora Salada verde

Esse cardápio foi elaborado conforme a legislação e resolução do FNDE 06/2020.

**\*Alimentos alérgenos.**

Cardápio sujeito a alterações, pois as frutas, legumes e verduras, serão entregues de acordo com a disponibilidade da Agricultura Familiar e /ou fornecedor.

Composição nutricional (média semanal)	Energia (Kcal) RV:700 kcal	CHO(g) 55 a 65 VET VR:114,9g	PTN(g) 10 a 25 VET VR:21,5g	LIP(g) 15 a 30 VET VR:17,5	VIT A (mcg)	VIT C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		725,71	113,21	23,2	18,4	367,75	82,78	253,66

\* VET: Valor

Energético Total \* VR: Valor de Referência

Luzia Sapelli



Bruna Souza Luz



**CARDÁPIO Nº. 01 CMEI's 1 a 4 ANOS – FEVEREIRO 2025 / 2ª SEMANA**

HORÁRIO	SEGUNDA - 10/02	TERÇA - 11/02	QUARTA - 12/02	QUINTA – 13/02	SEXTA – 14/02
<b>DESJEJUM</b> (07:40h às 08:00h)	Pão caseiro s/açúcar <b>*Leite</b> puro ou com Cacau	Pão caseiro s/açúcar Com <b>*requeijão caseiro</b> Chá	Pão caseiro s/açúcar e <b>*Manteiga</b> Chá	<b>*Ovos</b> mexidos com <b>*aveia</b>	Pão caseiro s/açúcar <b>Leite</b> puro ou com <b>*Cacau</b>
<b>COLAÇÃO</b> (para período <i>Integral</i> ) 09:00	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível
<b>ALMOÇO</b> (10:10h às 10:45h)	Arroz Feijão Farofa com fígado Salada verde	Risoto cremoso Salada verde ou cozida Fruta	Canjiquinha com <b>*carne suína</b> Salada verde ou cozida	Sopa de feijão Torradinha Fruta	Arroz Feijão Frango grelhado Salada verde Fruta
<b>LANCHE TARDE</b> (13:40h às 14:00h)	Falso Pão de queijo (conforme receita) Suco de frutas	Fruta	Fruta	<b>*Vitamina</b> de frutas	Torta salgada sem leite e sem ovos Suco de frutas
<b>JANTAR</b> (15:30h às 16:30h)	Arroz Feijão Farofa com fígado Salada verde	Risoto cremoso Salada verde ou cozida Fruta	Canjiquinha com <b>*carne suína</b> Salada verde ou cozida	Sopa de feijão Torradinha Fruta	Arroz Feijão Frango grelhado Salada verde Fruta

**Esse cardápio foi elaborado conforme a legislação e resolução do FNDE 06/2020.**

**\*Alimentos alérgenos.**

*Cardápio sujeito a alterações, pois as frutas, legumes e verduras, serão entregues de acordo com a disponibilidade da Agricultura Familiar e /ou fornecedor.*

Composição nutricional (média semanal)	Energia (Kcal)	CHO(g) 55 a 65 VET	PTN(g) 10 a 25 VET	LIP(g) 15 a 30 VET	VIT A (mcg)	VIT C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		RV:700 kcal	VR:114,9g	VR:21,5g	VR:17,5			
	<b>725,71</b>	<b>113,21</b>	<b>23,2</b>	<b>18,4</b>	<b>367,75</b>	<b>82,78</b>	<b>253,66</b>	<b>3,7</b>

**\* VET: Valor Energético Total \* VR: Valor de Referência**

Luzia Sapelli



Bruna Souza Luz



**CARDÁPIO Nº. 01 CMEI's 1 a 4 ANOS – FEVEREIRO 2025 / 3ª SEMANA**

HORÁRIO	SEGUNDA - 17/02	TERÇA - 18/02	QUARTA - 19/02	QUINTA – 20/02	SEXTA – 21/02
<b>DESJEJUM</b> (07:40h às 08:00h)	Pão caseiro s/açucar c/ doce sem açúcar <b>*Leite com cacau</b>	Falso Pão de queijo (conforme receita) Chá	Pão caseiro s/açucar com <b>*manteiga</b> Chá	<b>*Leite</b> batido com Fruta e <b>*aveia</b>	Pão sem açúcar c/ doce sem açúcar <b>*Leite com cacau</b>
<b>COLAÇÃO</b> (para período <i>Integral</i> ) 09:00	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível
<b>ALMOÇO</b> (10:10h às 10:45h)	Arroz Feijão Carne moída Salada Verde	<b>*Macarrão</b> com frango Salada verde ou cozida Fruta	Arroz Feijão <b>*Cubos suíno</b> acebolado Salada verde ou cozida	Polenta cremosa Carne bovina ao molho Salada verde ou cozida Fruta	Arroz Feijão Fígado grelhado acebolado Salada verde
<b>LANCHE TARDE</b> (13:40h às 14:00h)	Pão caseiro s/açucar com <b>*manteiga</b> Chá gelado	Torradinha de pão caseiro s/açucar com orégano e tomate	Fruta	Fruta	<b>*Bolo de banana com aveia e passas</b> Suco de frutas
<b>JANTAR</b> (15:30h às 16:30h)	Arroz Feijão Carne moída Salada Verde	<b>*Macarrão</b> com frango Salada verde ou cozida Fruta	Arroz Feijão <b>*Cubos suíno</b> acebolado Salada verde ou cozida	Polenta cremosa Carne bovina ao molho Salada verde ou cozida Fruta	Arroz Feijão Fígado grelhado acebolado Salada verde

*Esse cardápio foi elaborado conforme a legislação e resolução do FNDE 06/2020.*

**\*Alimentos alérgenos.**

*Cardápio sujeito a alterações, pois as frutas, legumes e verduras, serão entregues de acordo com a disponibilidade da Agricultura Familiar e /ou fornecedor.*

Composição nutricional (média semanal)	Energia (Kcal) RV:700 kcal	CHO(g) 55 a 65 VET VR:114,9g	PTN(g) 10 a 25 VET VR:21,5g	LIP(g) 15 a 30 VET VR:17,5	VIT A (mcg)	VIT C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		725,71	113,21	23,2	18,4	367,75	82,78	253,66

**\* VET: Valor Energético Total \* VR: Valor de Referência**

Luzia Sapelli



Bruna Souza Luz



**CARDÁPIO Nº. 01 CMEI's 1 a 4 ANOS – MARÇO 2025 / 4ª SEMANA**

HORÁRIO	SEGUNDA - 24/02	TERÇA - 25/02	QUARTA - 26/02	QUINTA – 27/02	SEXTA – 28/02
<b>DESJEJUM</b> (07:40h às 08:00h)	Pão sem açúcar c/ *manteiga *Leite puro	Pão sem açúcar c/ doce sem açúcar Chá	*Omelete *Leite com cacau	Pão sem açúcar c/ *requeijão caseiro Chá	Pão sem açúcar c/ *Nata *Leite com cacau
<b>COLAÇÃO</b> (para período Integral) 09:00	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível
<b>ALMOÇO</b> (10:10h às 10:45h)	Arroz Feijão *Ovo Salada verde	Vaca atolada Salada verde Fruta	Risoto cremoso Salada verde ou cozida Fruta	Sopa nutritiva Torrinha Fruta	Arroz Feijão Frango grelhado Salada verde ou cozida
<b>LANCHE DA TARDE</b> (13:40h às 14:00h)	Pão sem açúcar c/ *Manteiga Chá gelado	Fruta	Falso Pão de queijo (conforme receita) Suco de frutas	Fruta	Pão sem açúcar c/ doce sem açúcar Chá gelado
<b>JANTAR</b> (15:30h às 16:30h)	Arroz Feijão *Ovo Salada verde	Vaca atolada Salada verde Fruta	Risoto cremoso Salada verde ou cozida Fruta	Sopa nutritiva Torrinha Fruta	Arroz Feijão Frango grelhado Salada verde ou cozida

Esse cardápio foi elaborado conforme a legislação e resolução do FNDE 06/2020.

\*Alimentos alérgenos.

Cardápio sujeito a alterações, pois as frutas, legumes e verduras, serão entregues de acordo com a disponibilidade da Agricultura Familiar e /ou fornecedor.

Composição nutricional (média semanal)	Energia (Kcal) RV:700 kcal	CHO(g) 55 a 65 VET VR:114,9g	PTN(g) 10 a 25 VET VR:21,5g	LIP(g) 15 a 30 VET VR:17,5	VIT A (mcg)	VIT C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	725,71	113,21	23,2	18,4	367,75	82,78	253,66	3,7

\* VET: Valor Energético Total \* VR: Valor de Referência

  
Luzia Sapelli

  
Bruna Souza Luz





PREFEITURA MUNICIPAL  
**MEDIANEIRA**

SECRETARIA MUNICIPAL DE  
EDUCAÇÃO E CULTURA



Este cardápio segue a legislação do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação - FNDE. Qualquer dúvida sobre este cardápio consultar a equipe de nutricionistas diretamente ou pelos canais de comunicação disponíveis: 3264-8650 ramal 4570, pelos e-mails [luziaalves@medianeira.pr.gov.br](mailto:luziaalves@medianeira.pr.gov.br) ou [brunaluz@medianeira.pr.gov.br](mailto:brunaluz@medianeira.pr.gov.br)

*Luzia Alves Sapelli*  
Nutricionista  
CRN-8 4434

Luzia Alves Sapelli  
Nutricionista CRN 4434 8ª. Região  
Responsável Técnica Alimentação Escolar

*Bruna Souza Luz*  
Bruna Souza Luz  
Nutricionista CRN 5798 8ª Região

