

**CARDÁPIO Nº. 05 CMEI's 1 a 4 ANOS – JUNHO 2025 /1ª SEMANA**

HORÁRIO	SEGUNDA - 02/06	TERÇA - 03/06	QUARTA - 04/06	QUINTA – 05/06	SEXTA – 06/06
DESJEJUM (07:40h às 08:00h)	Pão caseiro *Leite puro	Falso pão de queijo Chá	Pão caseiro *Nata Chá	Pão caseiro *Leite puro	Pão caseiro *Manteiga *Leite Canela
COLAÇÃO (para período Integral) 09:00	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível
ALMOÇO (10:10h às 10:45h)	Arroz Feijão *Ovos mexidos Salada de verde	Sopa de Legumes Com Torradinha Fruta	Canjiquinha *Carne suína Salada Cozida	*Macarrão caseiro com carne moída Fruta	Arroz Feijão Carne de Frango ao molho Salada cozida
LANCHE TARDE (13:40h às 14:00h)	Fruta disponível	Pão caseiro com doce sem açúcar *Leite puro ou com Cacau	Fruta disponível	*Mingau de aveia com banana (Feito sem açúcar)	Torradinha de pão com tomate Chá
JANTAR (15:30h às 16:30h)	Arroz Feijão *Ovos mexidos Salada de verde	Sopa de Legumes Com Torradinha Fruta	Canjiquinha *Carne suína Salada Cozida	*Macarrão caseiro com carne moída Fruta	Arroz Feijão Carne de Frango ao molho Salada cozida

Esse cardápio foi elaborado conforme as legislações e resoluções do FNDE nº 06, de 08 de Maio de 2020 Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial; e 70% distribuídas em, no mínimo, três refeições, para as creches em período integral e as atualizações do FNDE Nº3 de 02/2025.



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: 712 kcal	CHO(g) 55 a 65 VR: 139g	PTN(g) 10 a 25 VR: 32g	LIP(g) 15 a 30 VR: 39g	Fibras(g) VR: 13,3	VIT A (mcg) VR: 200,1	VIT C (mg) VR: 10,5	Ca (mg) VR: 350	Fe(mg) VR: 5	Zn (mg) VR: 2,1	Mg (mg) VR: 56
	726,50 VET	121 VET	39 VET	27,9 VET	14 VET	196,2 VET	15,84 VET	348,2 VET	5,5 VET	3,9 VET	60,2 VET

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

Luzia Sapelli



Bruno Souza Luz



CARDÁPIO Nº. 05 CMEI's 1 a 4 ANOS – JUNHO 2025 / 2ª SEMANA

HORÁRIO	SEGUNDA - 09/06	TERÇA - 10/06	QUARTA - 11/06	QUINTA – 12/06	SEXTA – 13/06
DESJEJUM (07:40h às 08:00h)	Pão caseiro com *Manteiga *Leite puro ou com Cacau	* Ovo cozido Chá	Pão caseiro com doce sem açúcar * Leite puro ou com Cacau	Pão caseiro *Leite puro	Pão caseiro *Nata Chá
COLAÇÃO (<i>para período Integral</i>) 09:00	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível
ALMOÇO (10:10h às 10:45h)	Arroz Feijão Farofa de figado Salada verde	*Macarrão caseiro com carne moída Salada verde Fruta	Sopa de Feijão Fruta	Polenta com Frango ao molho Salada verde	Arroz Carne Bovina ao molho Salada cozida
LANCHE TARDE (13:40h às 14:00h)	Fruta disponível	*Torta salgada	Torradinha de pão Com tomate Chá	Fruta disponível	Pão caseiro com doce Sem açúcar *Leite puro
JANTAR (15:30h às 16:30h)	Arroz Feijão Farofa de figado Salada verde	*Macarrão caseiro com carne moída Salada verde Fruta	Sopa de Feijão Fruta	Polenta com Frango Salada verde	Arroz Carne Bovina ao molho Salada cozida

Esse cardápio foi elaborado conforme a legislação e resolução do FNDE Nº3 de 02/2025.

! 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: 712 kcal	CHO(g) 55 a 65 VR: 139g	PTN(g) 10 a 25 VR: 32g	LIP(g) 15 a 30 VR: 39g	Fibras(g) VR: 13,3	VIT A (mcg) VR: 200	VIT C (mg) VR: 10,5	Ca (mg) VR: 350	Fe(mg) VR: 5	Zn (mg) VR: 2,1	Mg (mg) VR: 56
	816,0 VET	187 VET	34,8 VET	33,4 VET	12,18 VET	229,87 VET	15 VET	189,6 VET	7,1 VET	2,1 VET	51,1 VET

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

Luzia Sapelli



Bruna Souza Luz


CARDÁPIO Nº. 05 CMEI's 1 a 4 ANOS – JUNHO 2025 / 3ª SEMANA

HORÁRIO	SEGUNDA - 16/06	TERÇA - 17/06	QUARTA - 18/06	QUINTA – 19/06	SEXTA – 20/06
DESJEJUM (07:40h às 08:00h)	Pão caseiro *Manteiga *Leite Canela	Pão caseiro *Leite puro	Pão caseiro *Nata Chá	<i>FERIADO CORPUS CHRISTI</i>	<i>RECESSO</i>
COLAÇÃO (<i>para período Integral</i>) 09:00	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	<i>FERIADO CORPUS CHRISTI</i>	<i>RECESSO</i>
ALMOÇO (10:10h às 10:45h)	Arroz Feijão Carne bovina ao molho Salada verde	Canjiquinha com carne *Suína Salada Cozida Fruta	Risoto cremoso Salada verde Fruta	<i>FERIADO CORPUS CHRISTI</i>	<i>RECESSO</i>
LANCHE TARDE (13:40h às 14:00h)	Fruta disponível	Falso pão de queijo Chá	Fruta disponível	<i>FERIADO CORPUS CHRISTI</i>	<i>RECESSO</i>
JANTAR (15:30h às 16:30h)	Arroz Feijão Carne bovina ao molho Salada verde	Canjiquinha com carne *Suína Salada Cozida Fruta	Risoto cremoso Salada verde Fruta	<i>FERIADO CORPUS CHRISTI</i>	<i>RECESSO</i>

Esse cardápio foi elaborado conforme a legislação e resolução do FNDE Nº3 de 02/2025.

! 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: 712 kcal	CHO(g) 55 a 65 VR: 139g	PTN(g) 10 a 25 VR: 32g	LIP(g) 15 a 30 VR: 39g	Fibras(g) VR: 13,3	VIT A (mcg) VR: 200	VIT C (mg) VR: 10,5	Ca (mg) VR: 350	Fe(mg) VR: 5	Zn (mg) VR: 2,1	Mg (mg) VR: 56
	429,8 VET	112,1 VET	25,1 VET	19,2 VET	11,2 VET	98,95 VET	10,89 VET	229,8 VET	4,2 VET	1,4 VET	22,98 VET

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

Luzia Sapelli



Bruna Souza Luz

**CARDÁPIO Nº. 05 CMEI's 1 a 4 ANOS – JUNHO 2025 / 4ª SEMANA**

HORÁRIO	SEGUNDA - 23/06	TERÇA - 24/06	QUARTA - 25/06	QUINTA – 26/06	SEXTA – 27/06
DESJEJUM (07:40h às 08:00h)	Pão caseiro *Nata Chá	Pão caseiro *Leite puro	Pão caseiro com doce sem açúcar * Leite puro ou com Cacau	* Ovos mexidos Chá	Pão caseiro com *Manteiga *Leite puro ou com Cacau
COLAÇÃO (para período Integral) 09:00	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível
ALMOÇO (10:10h às 10:45h)	Arroz Frango ao molho Salada verde	Polenta cremosa Carne moída Salada verde fruta	Arroz Carne bovina com batatas Salada cozida	Sopa de feijão Com batata Fruta	Arroz Feijão Figado grelhado acebolado Salada cozida
LANCHE DA TARDE (13:40h às 14:00h)	Pão caseiro com doce Sem açúcar *Leite puro	Fruta disponível	Fruta disponível	Torradinha de pão Com tomate Chá	*Torta salgada
JANTAR (15:30h às 16:30h)	Arroz Frango ao molho Salada verde	Polenta cremosa Carne moída Salada verde fruta	Arroz Carne bovina com batatas Salada cozida	Sopa de feijão Com batata Fruta	Arroz Feijão Figado grelhado acebolado Salada cozida

Esse cardápio foi elaborado conforme a legislação e resolução do FNDE Nº3 de 02/2025.

⚠ 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: 712 kcal	CHO(g) 55 a 65 VR: 139g	PTN(g) 10 a 25 VR: 32g	LIP(g) 15 a 30 VR: 39g	Fibras(g) VR: 13,3	VIT A (mcg) VR: 200	VIT C (mg) VR: 10,5	Ca (mg) VR: 350	Fe(mg) VR: 5	Zn (mg) VR: 2,1	Mg (mg) VR: 56
	741,1 VET	128,22 VET	31,4 VET	21,48 VET	12,9	197 VET	11,1 VET	339,6 VET	4,97 VET	2,8 VET	49,1 VET

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

Luzia Sapelli



Bruno Souza Luz



CARDÁPIO Nº. 05 CMEI's 1 a 4 ANOS – JUNHO 2025 /5ª SEMANA

HORÁRIO	SEGUNDA - 30/06	TERÇA - 01/07	QUARTA - 02/07	QUINTA – 03/07	SEXTA – 04/07
DESJEJUM (07:40h às 08:00h)	Pão caseiro *Nata Chá	Pão caseiro *Leite puro	Pão caseiro *Manteiga Chá	Falso pão de queijo Chá	Pão caseiro *Nata *Leite com cacau
COLAÇÃO (<i>para período Integral</i>) 09:00	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível
ALMOÇO (10:10h às 10:45h)	Arroz Feijão *Ovos cozido Salada verde	*Macarronada caseira com carne moída Salada verde	Sopa de lentilha com *Carne suína Salada cozida	Polenta cremosa com Frango ao molho Fruta	Arroz Feijão Carne bovina Salada cozida
LANCHE TARDE (13:40h às 14:00h)	Fruta disponível	Fruta disponível	Falso pão de queijo Chá	*Bolo de banana com de aveia (Feito sem açúcar)	Fruta disponível
JANTAR (15:30h às 16:30h)	Arroz Feijão *Ovos cozido Salada verde	*Macarronada caseira com carne moída Salada verde	Sopa de lentilha com *Carne suína Salada cozida	Polenta cremosa com Frango ao molho Fruta	Arroz Feijão Carne Bovina Salada cozida

Esse cardápio foi elaborado conforme a legislação e resolução do FNDE Nº3 de 02/2025.

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:712 kcal	CHO(g) 55 a 65 VR:139g	PTN(g) 10 a 25 VR:32g	LIP(g) 15 a 30 VR:39g	Fibras(g) VR: 13,3	VIT A (mcg) VR:200	VIT C (mg) VR: 10,5	Ca (mg) VR: 350	Fe(mg) VR: 5	Zn (mg) VR: 2,1	Mg (mg) VR: 56
	716,40 VET	129 VET	31 VET	27,8 VET	13,6 VET	197,2 VET	17,7 VET	293,2 VET	5,5 VET	2,9 VET	53,2 VET

Luzia Sapelli

Bruno Souza Luz





Este cardápio segue a legislação do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação - FNDE/PNAE.

Para as necessidades alimentares especiais (NAE), os responsáveis pelos alunos são orientados a apresentar laudos/declaração médica que comprove a NAE e essa deverá ser renovada a cada ano. As merendeiras/ cozinheiras são devidamente treinadas para ofertar a merenda escolar aos alunos com portadores de NAE.

Qualquer dúvida sobre este cardápio consultar a equipe de nutricionistas diretamente ou pelos canais de comunicação disponíveis: 3264-8650 ramal 4570, pelos

E-mail: luziaalves@medianeira.pr.gov.br ou 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

