



**CARDÁPIO Nº. 10 CMEI's 1 a 4 ANOS – NOVEMBRO 2024 - 1ª SEMANA**

HORÁRIO	SEGUNDA - 04/11	TERÇA - 05/11	QUARTA - 06/11	QUINTA - 07/11	SEXTA - 08/11
<b>DESJEJUM</b> (07:40h às 08:00h)	Pão caseiro e doce de fruta sem açúcar <b>*Leite</b> puro	Pão caseiro e <b>*Manteiga</b> Chá	Pão caseiro <b>*Leite</b> puro/ com canela	Pão caseiro <b>*Ovo mexido</b> Chá	<b>*Torta salgada</b> <b>*Leite</b> puro / com cacau
<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 Fruta Salada verde	<b>*Macarronada caseira</b> com Frango Fruta Salada verde	Sopa nutritiva com legumes Torrinha Fruta	Arroz Feijão Carne Moída com legumes
<b>LANCHE TARDE</b> (13:40h às 14:00h)	Pão caseiro e doce de fruta sem açúcar Chá gelado	Fruta	Fruta	<b>*Leite batido com frutas</b>	<b>*Bolo de laranja</b> (Feito com açúcar de maçã) Suco natura
<b>JANTAR</b> (15:30h às 16:30h)	Arroz Feijão <b>*Ovo</b> Salada verde	Polenta Carne bovina Salada verde Fruta	<b>*Macarronada</b> com Frango Salada verde	Sopa nutritiva com legumes Torrinha Fruta	Arroz Feijão Carne Moída Com legumes

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)	Kcal	CHO(g)	PTN(g)	LIP(g)
	946,8	162,2	31,1	18,9

  
Luzia Sapelli



  
Bruna Souza Luz



**CARDÁPIO Nº. 10 CMEI's 1 a 4 ANOS – NOVEMBRO 2024 - 2ª SEMANA**

HORÁRIO	SEGUNDA - 11/11	TERÇA - 12/11	QUARTA - 13/11	QUINTA – 14/11	SEXTA – 15/11
<b>DESJEJUM</b> (07:40h às 08:00h)	Pão caseiro *Leite puro ou com Cacau	Pão caseiro Chá	Pão caseiro e *Ovos mexidos	Pão caseiro e *Manteiga *Leite puro ou com Cacau	<b>Feriado proclamação da república</b>
<b>COLAÇÃO</b> <i>(para período Integral)</i> 09:00	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	Fruta disponível	<b>Feriado proclamação da república</b>
<b>ALMOÇO</b> (10:10h às 10:45h)	Arroz Feijão Farofa com fígado Salada verde	Sopa de feijão Torradinha Fruta	Canjiquinha com *carne suína Salada	Arroz Feijão Frango ao molho Salada verde	<b>Feriado proclamação da república</b>
<b>LANCHE TARDE</b> (13:40h às 14:00h)	Falso Pão de queijo (conforme receita) Suco de frutas	*Bolo de banana Chá gelado	Fruta	Torta salgada Suco de frutas	<b>Feriado proclamação da república</b>
<b>JANTAR</b> (15:30h às 16:30h)	Arroz Feijão Farofa com fígado Salada verde	Sopa de feijão Torradinha Fruta	Canjiquinha com *carne suína Salada	Arroz Feijão Frango ao molho Salada verde	<b>Feriado proclamação da república</b>

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)	Kcal	CHO(g)	PTN(g)	LIP(g)
	821,5	110,32	23,9	16,7

  
Luzia Sapelli

  
Bruna Souza Luz





**CARDÁPIO N.º. 10 CMEI's 1 a 4 ANOS – NOVEMBRO 2024 - 3ª SEMANA**

HORÁRIO	SEGUNDA - 18/11	TERÇA - 19/11	QUARTA - 20/11	QUINTA - 21/11	SEXTA - 22/11
<b>DESJEJUM</b> (07:40h às 08:00h)	Pão sem açúcar c/ doce sem açúcar <b>*Leite com cacau</b>	Pão sem açúcar c/ <b>*Nata</b> Chá	<b>Feriado Consciência Negra</b>	Pão sem açúcar c/ doce sem açúcar com <b>*manteiga</b> Chá	Pão sem açúcar c/ doce sem açúcar <b>*Leite com cacau</b>
<b>COLAÇÃO</b> <i>(para período Integral)</i> 09:00	Fruta disponível	Fruta disponível	<b>Feriado Consciência Negra</b>	Fruta disponível	Fruta disponível
<b>ALMOÇO</b> (10:10h às 10:45h)	Arroz Feijão Carne moída Salada Verde	Vaca atolada Salada verde Fruta	<b>Feriado Consciência Negra</b>	<b>*Macarrão</b> com frango Fruta	Arroz Carne bovina com batatas
<b>LANCHE TARDE</b> (13:40h às 14:00h)	Pão caseiro Chá gelado	Fruta	<b>Feriado Consciência Negra</b>	<b>*Leite</b> batido com banana e cacau	<b>*Bolo simples</b> Chá gelado
<b>JANTAR</b> (15:30h às 16:30h)	Arroz Feijão Carne moída Salada Verde	Vaca atolada Salada verde Fruta	<b>Feriado Consciência Negra</b>	<b>*Macarrão</b> com frango Fruta	Arroz Carne bovina com batatas

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)	Kcal	CHO(g)	PTN(g)	LIP(g)
	718,21	124,2	32,9	20,9

  
Luzia Sapelli

  
Bruna Souza Luz





**CARDÁPIO Nº. 10 CMEI's 1 a 4 ANOS – NOVEMBRO 2024 - 4ª SEMANA**

HORÁRIO	SEGUNDA - 25/11	TERÇA - 26/11	QUARTA - 27/11	QUINTA – 28/11	SEXTA – 29/11
<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 Chá	Pão sem açúcar c/ *Nata *Leite com cacau
<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 *Ovo Salada verde	Polenta cremosa Frango ao molho Salada de verde Fruta	Sopa de feijão Torradinha Fruta	Arroz risoto Salada verde Fruta	Arroz Feijão *Carne suína ao molho Salada verde
<b>LANCHE DA TARDE</b> (13:40h às 14:00h)	Pão sem açúcar c/ *Manteiga Chá gelado	Fruta	*Torta salgada Suco	Fruta	Pão sem açúcar c/ doce sem açúcar Chá gelado
<b>JANTAR</b> (15:30h às 16:30h)	Arroz Feijão *Ovo Salada verde	Polenta cremosa Frango ao molho Salada de verde Fruta	Sopa de feijão Torradinha Fruta	Arroz risoto Salada verde Fruta	Arroz Feijão *Carne suína ao molho 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)	Kcal	CHO(g)	PTN(g)	LIP(g)
	989,33	168,1	46,2	18,66

  
Luzia Sapelli



  
Bruna Souza Luz



SECRETARIA MUNICIPAL DE  
EDUCAÇÃO E CULTURA

PREFEITURA MUNICIPAL  
**MEDIANEIRA**



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

