



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE QUITANDINHA/PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) – Março/2023

	SEGUNDA 06/03/2023	TERÇA 07/03/2023	QUARTA 08/03/2023	QUINTA 09/03/2023	SEXTA 10/03/2023									
Café da Manhã	Chá Biscoito salgado	Café com leite Bolo de fuba	Achocolatado com leite Biscoito doce	Suco natural laranja Biscoito salgado	Café com leite Pão fatiado com margarina									
Almoço	Arroz, virado de feijão, ovos cozidos e salada de brocolis	Arroz carreteiro, feijão batata ao molho, carne bovina e salada de beterraba	Arroz, feijão Polenta com carne bovina em iscas ao molho e salada de cenoura	Arroz, feijão Macarronada Carne de frango ao molho e salada de beterraba	Arroz integral e feijão Quirerinha ao molho de carne moída e salada de brocolis									
Lanche da tarde	Banana	Laranja	Morango	Laranja	Gelatina com creme									
Jantar	Arroz colorido (cenoura e abobrinha)	Galinhada com arroz e legumes	Farofa de batata com ovos mexidos	Sopa de feijão com macarrão e legumes	Risoto de frango									
Composição Nutricional (Média Semanal)	Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	G. Sat. (g)	G. Trans (g)	Fibras(g)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
	330	60	15	18	2.2	0.2	4.1	16	35	229	3.1	72	4.2	701

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE QUITANDINHA/PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) – Março/2023

	SEGUNDA 13/03/2023	TERÇA 14/03/2023	QUARTA 15/03/2023	QUINTA 16/03/2023	SEXTA 17/03/2023									
Café da Manhã	Café com leite Biscoito doce	Chá Pão fatiado com margarina	Vitamina de fruta Biscoito salgado	Achocolatado com leite Biscoito doce	Chá Bolo de cenoura									
Almoço	Arroz, feijão ovos cozidos, macarrão integral e salada de pepino	Arroz, feijão pure de batatas, carne de frango e salada de cenoura	Arroz, feijão carne bovina e abobrinha refogada	Arroz, feijão Polenta ao molho de carne de frango e salada de cenoura	Arroz integral e feijão Quirerinha com carne suína e salada de abobrinha									
Lanche da tarde	Banana	Maça	Laranja	Canjica	Maça									
Jantar	Galinhada com arroz e legumes	Risoto de frango	Quirerinha com carne	Sopa de macarrão com carne e legumes	Torta salgada de frango e legumes									
Composição Nutricional (Média Semanal)	Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	G. Sat. (g)	G. Trans (g)	Fibras(g)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
	340	54	18	17	1.1	0.5	5.2	15	29	215	3.2	73	4.1	501

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações
da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE QUITANDINHA/PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) – Março/2023

	SEGUNDA 20/03/2023	TERÇA 21/03/2023	QUARTA 22/03/2023	QUINTA 23/03/2023	SEXTA 24/03/2023									
Café da Manhã	Café com leite Biscoito doce	Chá Pão fatiado com margarina	Suco Bolo de chocolate	Achocolatado com leite Biscoito salgado	Bolo de fuba Café com leite									
Almoço	Arroz integral, feijão ovos cozidos, farofa de batatas e salada de pepino	Arroz, feijão Macarronada abobrinha refogada e linguiça assada	Arroz, feijão batata cozida ao molho de carne e salada de pepino	Arroz, feijão Polenta ao molho de carne de frango e salada de chuchu	Arroz integral e feijão Quirerinha ao molho de carne moída e salada de abobrinha									
Lanche da tarde	Maça	Melancia	Mingau de aveia	Maça	Sagu com suco de uva									
Jantar	Galinhada com arroz e legumes	Farofa de batata e ovos mexidos com tomate e cebolinha	Quirerinha com carne suína	Sopa de macarrão com carne e legumes	Polenta com carne									
Composição Nutricional (Média Semanal)	Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	G. Sat. (g)	G. Trans (g)	Fibras(g)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
	350	60	15	18	1.2	0.2	4.5	16	35	229	3.9	72	4.7	801

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE QUITANDINHA/PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) – Março/2023

	SEGUNDA 27/03/2023	TERÇA 28/03/2023	QUARTA 29/03/2023	QUINTA 30/03/2023	SEXTA 31/03/2023									
Café da Manhã	Chá Biscoito salgado	Café com leite Bolo de fuba	Achocolatado com leite Biscoito doce	Suco natural laranja Biscoito salgado	Café com leite Pão fatiado com margarina									
Almoço	Arroz, virado de feijão, ovos cozidos e salada de brocolis	Arroz carreteiro, feijão batata ao molho, carne bovina e salada de beterraba	Arroz, feijão Polenta com carne bovina em iscas ao molho e salada de cenoura	Arroz, feijão Macarronada Carne de frango ao molho e salada de beterraba	Arroz integral e feijão Quirerinha ao molho de carne moída e salada de brocolis									
Lanche da tarde	Banana	Laranja	Morango	Laranja	Gelatina com creme									
Jantar	Arroz colorido (cenoura e abobrinha)	Galinhada com arroz e legumes	Farofa de batata com ovos mexidos	Sopa de feijão com macarrão e legumes	Risoto de frango									
Composição Nutricional (Média Semanal)	Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	G. Sat. (g)	G. Trans (g)	Fibras(g)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
	330	60	15	18	2.2	0.2	4.1	16	35	229	3.1	72	4.2	701

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.