



**PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ**

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES**

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: [educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br](mailto:educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br)

**CARDÁPIO DE ALIMENTAÇÃO DAS ESCOLAS E CMEIs**

**Data de Atualização: 02/05/2024**

<b>Centro Municipal de Educação Infantil Deputado Moacir Micheletto – Cardápio de Maio/2024</b>								
<b>Refeições / Horário</b>	<b>Segunda</b>		<b>Terça</b>	<b>Quarta</b>	<b>Quinta</b>		<b>Sexta</b>	
Café da manhã 8h	chá pão com mateiga		leite bolo de banana simples (sem açúcar)	leite com cacau pão com manteiga	leite pão com nata		chá bolo	
Lanche 09h30	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Almoço 10h30	arroz feijão polenta cremosa carne bovina salada ( repolho, tomate)		arroz frango ao molho creme de milho Legumes refogado Salada (Aface, acelga)	arroz feijão carne bovina ao molho batatas salada (cenoura, chuchu)	arroz feijão carne moída com legumes Salada folhosa		arroz feijão frango em cubos Acebolada com legumes saladas	
Lanche 14h	fruta		Banana	fruta	fruta		fruta	
Janta 15h30	Macarrão a bolonhesa (carne moída ao molho)		Sopa cremosa de milho com batata	Torta salgada (frango, legumes) Suco de uva	Sopa de feijão com carne bovina e legumes		Creme de lentilha Com Mandioca carne desfiada	
Composição nutricional (media da semanal)	Energia kcal	CHO(g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mcg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% A15% Do VET	15% A 30% DO VET				
	735,15	55%	27 g	27 g	215,16	36,07	214,07	3,70



**PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ**

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES**

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: [educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br](mailto:educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br)

**Centro Municipal de Educação Infantil Rafael Vicente Calixto – Cardápio de Maio/2024**

Refeições / Horário	Segunda		Terça		Quarta		Quinta		Sexta	
Café da manhã 8h	chá pão com manteiga		leite bolo de banana simples (sem açúcar)		leite com cacau pão com manteiga		leite bolo de maçã (sem açúcar)		chá bolo	
Lanche 09h30	fruta		fruta		fruta		fruta		fruta	
Almoço 10h30	arroz feijão carne bovina salada		arroz frango ao molho com batatas salada		arroz feijão carne bovina ao molho salada		arroz feijão carne moída salada		arroz feijão frango em cubos com legumes salada	
Lanche 14h	fruta		fruta		fruta		fruta		fruta	
Janta 15h30	macarrão a bolonhesa (molho de carne moída)		Sopa cremosa de milho com batata		Torta salgada (frango, legumes) Suco de uva		Sopa de feijão com carne bovina e legumes		Creme de lentilha Com Mandioca carne desfiada	
Composição nutricional (media da semanal)	Energia kcal	CHO(g)	PTN (g)		LPD (g)		Vit. A (mcg)	Vit. C (mcg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% A15% Do VET		15% A 30% DO VET					
	735,15	55%	27 g		27 g		215,16	36,07	214,07	3,70



**PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ**

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES**

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: [educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br](mailto:educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br)

**Centro Municipal de Educação Infantil Pequeno Polegar – Cardápio de Maio/2024**

Refeições / Horário	Segunda		Terça	Quarta	Quinta		Sexta	
Café da manhã 8h	chá pão com mateiga		leite bolo de banana simples (sem açúcar)	leite com cacau pão com manteiga	leite bolo de maçã (sem açúcar)		chá bolo	
Lanche 09h30	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Almoço 10h30	arroz feijão carne bovina salada		arroz frango ao molho com batatas salada	arroz feijão carne bovina ao molho salada	arroz feijão carne moída salada		arroz feijão frango em cubos com legumes salada	
Lanche 14h	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Janta 15h30	macarrão a bolonhesa (molho de carne moída)		Sopa cremosa de milho com batata	Torta salgada (frango, legumes) Suco de uva	Sopa de feijão com carne bovina e legumes		Creme de lentilha Com Mandioca carne desfiada	
Composição nutricional (media da semanal)	Energia kcal	CHO(g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mcg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% A 15% Do VET	15% A 30% DO VET				
	735,15	55%	27 g	27 g	215,16	36,07	214,07	3,70



**PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ**

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES**

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: [educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br](mailto:educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br)

**Berçários dos CMEIs – Cardário de Maio/2024**

Refeições/ Horário	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira			
Cafê da manhã 08h30	mamadeira	mamadeira	mamadeira	mamadeira	mamadeira			
Almoço 10h30min	papa com arroz com carne bovina desfiada e feijão	papa com frango desfiado e polenta	papa com carne desfiada com legumes e feijão	papa com arroz com molho de carne e feijão	papa com arroz e frango desfiado e feijão			
Lanche 1 12h	mamadeira	mamadeira	mamadeira	mamadeira	mamadeira			
Lanche 2 14h	mamadeira papa de fruta	mamadeira papa de fruta	mamadeira papa de fruta	mamadeira papa de fruta	mamadeira banana e rodela			
Jantar 16h	macarrão a bolonhesa (molho de carne moída) caldo de feijão	Sopa cremosa de milho com batata	Torta salgada (frango, legumes) Suco de uva	Sopa de feijão com carne bovina desfiada e legumes	Creme de lentilha Com Mandioca carne desfiada			
Composição nutricional (media da semanal)	Energia kcal	CHO(g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mcg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% A 15% Do VET	15% A 30% DO VET				
	685,15 Kcal	108	25 g	23 g	195,08	38,41	210	3,57



**PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ**

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES**

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: [educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br](mailto:educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br)

<b>Escola Municipal Presidente Costa e Silva – Cardápio de Maio/2024</b>							
1ª semana						Composição nutricional	
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Macarrão com carne moída salada	Carne bovina ao molho polenta cremosa arroz feijão salada	carne moída com legumes arroz feijão salada	File de Peixe arroz feijão	Pão com mateiga chá fruta	Energia (kcal): 364,07 Carboidrato (g): 48,03 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 08,16 Proteína (g): 16,87 Sódio (mg): 364,93	
2ª semana							
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	carne moída com batatas arroz feijão salada	coxa e sobrecoxa com molho e polenta arroz salada	Carne de panela Legumes refogado arroz feijão salada	carne suína batata doce caramelada arroz feijão fruta	Leite com achocolatado biscoito fruta	Energia (kcal): 493 Carboidrato (g): 47,83 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 17,70 Proteína (g): 25,07 Sódio (mg): 695,46	
3ª semana							
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	<b>Planejamento</b>	Carne ao molho polenta arroz feijão salada	arroz feijão salada	Carreteiro com legumes salada fruta	Gelatina com creme branco fruta	Energia (kcal): 523,80 Carboidrato (g): 56,48 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 19,68 Proteína (g): 29,36 Sódio (mg): 835,38	
4ª semana							
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		



**PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ**

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES**

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: [educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br](mailto:educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br)

Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	macarrão carne moída salada	carne bovina ao molho arroz feijão polenta salada	carne suína arroz feijão batata doce / salada	Strogonoff de frango (nata, molho de tomate) Arroz Batata inglesa Salada	leite torta salgada fruta	Energia (kcal): 551,37 Carboidrato (g): 72,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 15,78 Proteína (g): 29,55 Sódio (mg): 831,74
5ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Carne moída com Legumes arroz feijão salada	Carne bovina com mandioca arroz feijão polenta salada	carne suína de panela arroz feijão mandioca salada	Risoto com legumes Salada	Arroz doce fruta	Energia (kcal): 551,37 Carboidrato (g): 72,30 <b>Açúcar adicionado (%):</b> Lipídios (g): 15,78 Proteína (g): 29,55 Sódio (mg): 831,74



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: [educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br](mailto:educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br)

**Escola Luz Marina – Cardápio de Maio/2024**

1ª semana						Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Macarrão com carne moída salada	Carne bovina ao molho polenta cremosa arroz feijão salada	Pão com mateiga chá fruta	Moida arroz feijão fruta	carne moída arroz feijão salada	Energia (kcal): 364,07 Carboidrato (g): 48,03 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 08,16 Proteína (g): 16,87 Sódio (mg): 364,93
2ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	carne moída arroz feijão salada	coxa e sobrecoxa com molho e polenta arroz salada	Leite com achocolatado biscoito fruta	carne suína batata doce arroz feijão fruta	Carne de panela batatas arroz feijão salada	Energia (kcal): 493 Carboidrato (g): 47,83 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 17,70 Proteína (g): 25,07 Sódio (mg): 695,46
3ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	<b>Planejamento</b>	Frango ao molho polenta arroz feijão salada	Gelatina com creme branco fruta	Carreteiro com legumes salada fruta	File de tilapia (batata, cebola, tomate) arroz feijão salada	Energia (kcal): 523,80 Carboidrato (g): 56,48 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 19,68 Proteína (g): 29,36 Sódio (mg): 835,38
4ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	macarrão carne moída salada	carne bovina ao molho arroz feijão polenta salada	Arroz doce fruta	Strogonoff de frango (nata, molho de tomate) Arroz Batata inglesa Salada	carne suína arroz feijão batata doce salada	Energia (kcal): 551,37 Carboidrato (g): 72,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 15,78 Proteína (g): 29,55 Sódio (mg): 831,74



**PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ**

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES**

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: [educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br](mailto:educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br)

5ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Carne moída com Legumes arroz feijão salada	Carne bovina com mandioca arroz feijão polenta salad	carne suína de panela arroz feijão mandioca salada	Feriado	Recesso	Energia (kcal): 551,37 Carboidrato (g): 72,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 15,78 Proteína (g): 29,55 Sódio (mg): 831,74





**PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ**

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES**

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: [educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br](mailto:educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br)

<b>Escola Municipal Rural São Judas Tadeu – Cardápio de Maio/2024</b>						
1ª semana						Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Macarrão com carne moída salada	Carne bovina ao molho polenta cremosa arroz feijão salada	Pão com manteiga Leite com achocolatado fruta	Carne moída arroz feijão fruta	carne moída arroz feijão salada	Energia (kcal): 364,07 Carboidrato (g): 48,03 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 08,16 Proteína (g): 16,87 Sódio (mg): 364,93
2ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	carne moída arroz feijão salada	coxa e sobrecoxa com molho e polenta arroz salada	Leite com achocolatado biscoito fruta	carne suína batata doce arroz feijão fruta	Carne de panela batatas arroz feijão salada	Energia (kcal): 493 Carboidrato (g): 47,83 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 17,70 Proteína (g): 25,07 Sódio (mg): 695,46
3ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	<b>Planejamento</b>	Carne ao molho polenta arroz feijão salada	Gelatina com creme branco fruta	Carreteiro com legumes salada	File de tilapia (batata, cebola, tomate) arroz feijão salada	Energia (kcal): 523,80 Carboidrato (g): 56,48 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 19,68 Proteína (g): 29,36 Sódio (mg): 835,38
4ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	



**PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ**

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES**

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: [educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br](mailto:educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br)

Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	macarrão carne moída salada	carne bovina ao molho arroz feijão polenta salada	Arroz doce fruta	Strogonoff de frango (nata, molho de tomate) Arroz Batata inglesa Salada	carne suína arroz feijão batata doce salada	Energia (kcal): 551,37 Carboidrato (g): 72,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 15,78 Proteína (g): 29,55 Sódio (mg): 831,74
<b>5ª semana</b>						
<b>Refeições / Horário</b>	<b>Segunda</b>	<b>Terça</b>	<b>Quarta</b>	<b>Quinta</b>	<b>Sexta</b>	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Carne moída com Legumes arroz feijão salada	Carne bovina com mandioca arroz feijão polenta salada	Fruta	Feriado	Recesso	Energia (kcal): 551,37 Carboidrato (g): 72,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 15,78 Proteína (g): 29,55 Sódio (mg): 831,74

**Simone Aparecida Lima - Nutricionista - CRN8: 3333**