



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

CARDÁPIO DE ALIMENTAÇÃO DAS ESCOLAS E CMEIs

Data de Atualização: 01/11/2024

Centro Municipal de Educação Infantil Deputado Moacir Micheletto – Cardápio de Novembro/2024								
Refeições / Horário	Segunda		Terça	Quarta	Quinta		Sexta	
Café da manhã 8h	chá pão com manteiga		leite biscoito	leite com cacau pão com manteiga	leite bolo uva passas		chá balacha	
Lanche 09h30	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Almoço 10h30	arroz feijão carne bovina salada		arroz frango ao molho com polenta 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 (carne moída ao molho)		Risoto Salada	Macarrão com almôndegas salada	Sopa de feijão com carne bovina e legumes		Torta salgada Suco de uva integral	
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

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

Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta			
Café da manhã 8h	chá pão com manteiga	leite biscoito	leite com cacau pão com manteiga	leite bolo uva passas	chá bolacha			
Lanche 09h30	fruta	fruta	fruta	fruta	fruta			
Almoço 10h30	arroz feijão carne bovina salada	arroz frango ao molho com polenta 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)	Risoto com legumes Salada	Macarrão com almôndegas Salada	Sopa de feijão com carne bovina e legumes	Pão de queijo Suco de uva integral			
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

Centro Municipal de Educação Infantil Pequeno Polegar – Cardápio de Novembro/2024

Refeições / Horário	Segunda		Terça	Quarta	Quinta		Sexta	
Café da manhã 8h	chá pão com manteiga		leite biscoito	leite com cacau pão com manteiga	leite bolo com uva passas		chá bolacha	
Lanche 09h30	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Almoço 10h30	arroz feijão Carne moída com legumes salada		arroz frango ao molho com polenta cremosa salada	arroz feijão carne de panela com batatas salada	arroz feijão File de peixe assado Purê de batata salada		arroz feijão pernil suino cubos com batata doce salada	
Lanche 14h	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Janta 15h30	macarrão a bolonhesa (molho de carne moída)		Omelete Pure de batata Salada	Macarrão com almôndegas Salada	Sopa de feijão com carne bovina e legumes		Pão de queijo Suco de uva integral	
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

Berçários dos CMEIs – Cardápio de Novembro/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 em rodela	
Jantar 16h	Creme de lentilha carne desfiada		Arroz com legumes amassado e carne desfiada	Sopa com batata e carne desfiada e feijão	Sopa de feijão com carne bovina desfiada e legumes		Canja de frango desfiada com legumes	
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

Escola Municipal Presidente Costa e Silva – Cardápio de Novembro/2024							
1ª semana						Composição nutricional	
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15					Pao com nata Achocolatado	Energia (kcal): 564,07 Carboidrato (g): 78,03 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 18,16 Proteína (g): 13,87 Sódio (mg): 564,93	
2ª semana							
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Almondegas polenta arroz feijão salada	coxa e sobrecoxa com molho e polenta arroz salada	Carne de panela batatas arroz feijão salada	carne suína batata doce arroz feijão fruta	Feriado Proclamação Da República	Energia (kcal): 403 Carboidrato (g): 27,83 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 12,70 Proteína (g): 15,07 Sódio (mg): 555,46	
3ª semana							
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	carne moída com batatas arroz feijão salada	Carne ao molho polenta arroz feijão salada	File de tilapia (batata, cebola, tomate) arroz feijão salada	Macarronada a bolonhesa salada fruta	Sagu com creme 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		
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Macarrão com Almôndega salada	carne bovina ao molho arroz feijão polenta salada	Frango arroz feijão batata salada	Risoto Salada	Canjica fruta	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@saopedroiguacu.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	Polenta Carne ao molho arroz feijão fruta	carne suína batata doce arroz feijão salada	File de peixe arroz feijão fruta	Pão com nata achocolatado	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

Escola Luz Marina – Cardápio de Novembro/2024

1ª semana						Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15					carne moída com legumes 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	Almondegas polenta arroz feijão salada	coxa e sobrecoxa com molho e polenta arroz salada	carne moída com legumes arroz feijão salada	carne suína batata doce arroz feijão fruta	Feriado Proclamação Da República	Energia (kcal): 403,50 Carboidrato (g): 27,83 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 12,78 Proteína (g): 15,07 Sódio (mg): 555,46
3ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	carne moída com batata arroz feijão salada	Frango ao molho polenta arroz feijão salada	Carne bovina ao molho polenta cremosa arroz feijão salada	macarronada a bolonhesa salada fruta	File de tilapia (batata, cebola, tomate) arroz feijão salada	Energia (kcal): 559,80 Carboidrato (g): 64,48 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 21,68 Proteína (g): 32,36 Sódio (mg): 855,38
4ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Macarrão com Almôndega salada	carne bovina ao molho arroz feijão polenta salada	Omelete de forno arroz feijão salada	Carreteiro salada	carne suína arroz feijão batata doce salada	Energia (kcal): 565,37 Carboidrato (g): 79,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 18,83 Proteína (g): 32,55 Sódio (mg): 855,74



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

5ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Carne moída com Legumes arroz feijão salada	Polenta Carne ao molho arroz feijão fruta	carne suína batata doce arroz feijão salada	File de peixe arroz feijão fruta	Pão com nata achocolatado	Energia (kcal): 145,37 Carboidrato (g)32,38 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 08,78 Proteína (g): 19,55 Sódio (mg): 121,74



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

Escola Municipal Rural São Judas Tadeu – Cardápio de Novembro/2024						
1ª semana						Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15		File de peixe arroz feijão fruta	Pao com nata achocolatado	Rocambole de Carne moída arroz feijão fruta	Carne suína Batata doce arroz feijão salada	Energia (kcal): 564,07 Carboidrato (g): 78,03 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 18,16 Proteína (g): 13,87 Sódio (mg): 564,93
2ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Almondegas polenta arroz feijão salada	coxa e sobrecoxa com molho e polenta arroz salada	Iogurte Cereal sem Açúcar fruta	carne suína batata doce arroz feijão fruta	Feriado Proclamação Da República	Energia (kcal): 403 Carboidrato (g): 27,83 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 12,70 Proteína (g): 15,07 Sódio (mg): 545,46
3ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	carne moída com legumes arroz feijão salada	Carne ao molho polenta arroz feijão salada	Sagu Com creme	macarronada a bolonhesa 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 com Almôndega salada	carne bovina ao molho arroz feijão polenta salada	Canjica fruta	Risoto salada	Frango arroz feijão batata 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

5ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Carne com batatas arroz feijão salada	Polenta Carne ao molho arroz feijão fruta	carne suína batata doce arroz feijão salada	File de peixe arroz feijão fruta	Pão com nata achocolatado	Energia (kcal): 145,37 Carboidrato (g): 32,30 Açúcar adicionado (%): lipídios (g): 8,78 Proteína (g): 19,55 Sódio (mg): 121,74

Simone Aparecida Lima - Nutricionista - CRN8: 3333