



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: 01/10/2024

Centro Municipal de Educação Infantil Deputado Moacir Micheletto – Cardápio de Outubro/2023								
Refeições / Horário	Segunda		Terça	Quarta	Quinta		Sexta	
Café da manhã 8h	chá pão caseiro com mateiga		Leite com cacau Pão de milho	leite com cacau pão de forma com manteiga	Leite com cacau Biscoitos		Leite com cacau bolachas	
Lanche 09h30	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Almoço 10h30	Carne moída com legumes arroz feijão salada		Frango ao molho polenta Arroz Feijão salada	Peixe assado com tomate arroz feijão salada	Carne suína Batata doce arroz feijão salada		Frango guisado de frango (mix de legumes, tempero) Arroz feijão salada	
Lanche 14h	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Janta 15h30	Macarrão a bolonhesa Repolho		Pure de batata File de Peixe assado Com legumes	Risoto de Carne Desfiada com Legumes	Panqueca de carne Salada de alface		Suco Pao de queijo	
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				
	722,55	125g	32g	17g	649,29	36,04	179,59	4,72



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 Outubro/2023

Refeições / Horário	Segunda		Terça	Quarta	Quinta		Sexta	
Café da manhã 8h	chá pão caseiro com mateiga		Leite com cacau Pão de milho	leite com cacau pão de forma com manteiga	Leite com cacau biscoito		Leite com cacau bolacha	
Lanche 09h30	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Almoço 10h30	Carne moída com legumes arroz feijão salada		Frango ao molho polenta Arroz Feijão salada	Peixe assado com tomate arroz feijão salada	Carne suína Batata doce arroz feijão salada		Frango guisado de frango (mix de legumes, tempero) Arroz feijão salada	
Lanche 14h	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Janta 15h30	Macarrão a bolonhesa Repolho		Pure de batata File de Peixe assado Com legumes	Risoto de Carne Desfiada com Legumes	Panqueca de carne Arroz salada		Suco Pao de queijo	
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				
	722,55	125g	32g	17g	649,29	36,04	179,59	4,72



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 Outubro/2023

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 biscoito		chá bolacha	
Lanche 09h30	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Almoço 10h30	Carne moída com legumes arroz feijão salada		Arroz Feijão frango ao molho polenta salada	Peixe assado com tomate arroz feijão salada	Carne suína Batata doce arroz feijão salada		Carne com abobrinha arroz feijão salada	
Lanche 14h	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Janta 15h30	Macarrão a bolonhesa Repolho		Pure de batata File de Peixe assado Com legumes	Risoto de Carne Desfiada com Legumes	Panqueca de carne Arroz salada		Suco Pao de queijo	
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				
	722,55	125g	32g	17g	649,29	36,04	179,59	4,72



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 – Cardário de Outubro/2023

Refeições/ Horário	Segunda-feira		Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da manhã 08h30	mamadeira		mamadeira	mamadeira	mamadeira		mamadeira	
Almoço 10h30min	Carne moída com legumes Arroz amassado Caldo de feijão salada		Frango desfiado ao molho polenta Arroz amassado Caldo de Feijão salada	File de Peixe assado com tomate arroz amassado caldo de feijão salada	Carne suína desfiada Batata doce amassada Arroz amassado Caldo de feijão salada		Frango guisado de frango (mix de legumes, tempero) Arroz amassado Caldo de feijão salada	
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 abacate com limão	
Jantar 16h	Macarrão a bolonhesa Repolho		Pure de batata File de Peixe assado Com legumes	Risoto de Carne Desfiada com Legumes	Panqueca de carne Arroz salada		Suco de uva Pão de queijo	
Composição nutricional (média 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				
	610,30 Kcal	111g	28 g	16 g	206,41	30,41	194,42	4,48



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 do mês de Outubro/2023							
1ª semana						Composição nutricional	
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15		Frango polenta arroz feijão salada	Pão com carne moída Suco Maçã Melancia	Virado de feijão com ovos Arroz Salada	Suco Biscoito fruta	Energia (kcal): 130,00 Carboidrato (g): 18,03 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 00,18 Proteína (g): 06,07 Sódio (mg): 14,06	
2ª semana							
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Almondegas arroz feijão salada	coxa e sobrecoxa com molho e polenta arroz salada	File de tilapia ao Pure de batata arroz feijão salada	Macarrão com frango Salada	Bolacha caseira Suco	Energia (kcal): 199,00 Carboidrato (g): 30,28 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,30 Proteína (g): 8,50 Sódio (mg): 195,00	
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	Carne suína Batata doce arroz feijão salada	Macarronada ao sugo salada fruta	Canjica fruta	Energia (kcal): 390,10 Carboidrato (g): 39,84 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 21,82 Proteína (g): 12,68 Sódio (mg): 340,30	
4ª semana							
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Farrofa com Carne arroz feijão salada	carne bovina ao molho arroz feijão polenta salada	Macarrão com almondegas salada	File de tilapia assada Legumes refogado Arroz Feijão Salada	Sagu com creme Fruta	Energia (kcal): 333,08 Carboidrato (g): 52,10 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,73 Proteína (g): 28,45 Sódio (mg): 330,67	



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	Macarrão a bolonhesa salada	Carne ao molho Polenta cremosa arroz feijão salada	Carne suína Mandioca arroz feijão salada	Risoto Salada	Cereal de milho Iogurte	Energia (kcal): 440,30 Carboidrato (g): 59,10 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,90 Proteína (g): 21,55 Sódio (mg): 400,67



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 do mês de Outubro/2023							Composição nutricional
1ª semana							
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15		Frango polenta arroz feijão salada	Virado de feijão com ovos Arroz Salada Fruta	Carne bovina com legumes Mandioca cozida Arroz Feijão	Macarrão a bolonhesa Salada	Energia (kcal): 130,00 Carboidrato (g): 18,03 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 00,18 Proteína (g): 06,07 Sódio (mg): 14,06	
2ª semana							
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Almôndegas arroz feijão salada	coxa e sobrecoxa ao molho e polenta arroz salada	Carne de panela (cubos/colorau) Arroz Feijão Salada ou Legume Refogado	Macarrão com Frango ao molho Salada ou Legume Cozido	File de tilapia Purê de batata arroz feijão salada	Energia (kcal): 308,0 Carboidrato (g): 39,98 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 13,60 Proteína (g): 11,09 Sódio (mg): 190,16	
3ª semana							
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	carne moída com legumes arroz feijão salada	Frango ao molho polenta arroz feijão salada	Macarrão a bolonhesa salada fruta	Carne suína Batata doce arroz feijão salada	Carne bovina com mandioca arroz feijão salada	Energia (kcal): 399,10 Carboidrato (g): 39,84 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 21,82 Proteína (g): 12,68 Sódio (mg): 340,3	
4ª semana							
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Farrofa com Carne arroz feijão salada	bovina ao molho arroz/feijão polenta salada	Macarrao com almôndegas Salada fruta	File de tilapia assada arroz feijão salada	Carne suína assada Batata doce Arroz/feijão salada	Energia (kcal): 362,35 Carboidrato (g): 52,10 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,73 Proteína (g): 28,45 Sódio (mg): 395,61	



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	Macarrão a bolonhesa salada	Carne ao molho Polenta cremosa arroz feijão salada	Carne suína Batata doce caramelada arroz feijão salada	Risoto Salada	Macarrão com Frango ao molho Salada ou Legume Cozido	Energia (kcal): 370,35 Carboidrato (g): 55,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,50 Proteína (g): 22,60 Sódio (mg): 370,55



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 do mês de Outubro/2023

1ª semana						Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15		Pão com carne moída Suco Maçã Melancia	Biscoito Suco Fruta	Virado de feijão com ovos Arroz Salada Fruta	Macarrão a bolonhesa Salada	Energia (kcal): 124,07 Carboidrato (g): 18,03 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 06,16 Proteína (g): 11,87 Sódio (mg): 114,63
2ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Almondegas arroz feijão salada	coxa e sobrecoxa com molho e polenta arroz salada	Bolacha caseira Suco	Macarrão com Frango ao molho Salada ou Legume Cozido	File de tilapia Purê de batata arroz feijão salada	Energia (kcal): 193,0 Carboidrato (g): 32,75 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,35 Proteína (g): 8,09 Sódio (mg): 195,46
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	Canjica fruta	Macarronada com frango e legumes salada fruta	Carne suína Batata doce arroz feijão salada	Energia (kcal): 390,10 Carboidrato (g): 39,84 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 21,82 Proteína (g): 12,68 Sódio (mg): 340,30
4ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Farofa com Carne arroz feijão salada	carne bovina ao molho arroz feijão polenta salada	Sagu com creme Fruta	File de tilapia assada arroz feijão 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

5ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Macarrão a bolonhesa salada	Carne ao molho Polenta cremosa arroz feijão salada	Cereal de milho Iogurte	Risoto Salada	Carne suína Com mandioca arroz feijão salada	Energia (kcal): 440,30 Carboidrato (g): 59,10 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,90 Proteína (g): 21,55 Sódio (mg): 400,67

Simone Aparecida Lima - Nutricionista - CRN8: 3333