



# PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPUÁ

Departamento Municipal de Educação  
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE



## CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: MINI MATERNAL E MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (2 A 3 ANOS), PRÉ 1 E PRÉ 2 PARCIAL (3 A 5 ANOS)

|   | 2ª FEIRA – 02/09  | 3ª FEIRA – 03/09  | 4ª FEIRA – 04/09  | 5ª FEIRA – 05/09   | 6ª FEIRA – 06/09   |
|---|---|---|---|--|--|
| <b>Café da manhã</b><br>8:05 e 8:15     | Leite puro/ pão francês com manteiga                                  | Leite puro/ pão caseiro com manteiga  | Leite puro/ pão caseiro com ovo   | Leite puro/ bolo chocolate sem açúcar                                    | Suco / Leite puro/ torta de frango com legumes                           |
| <b>Almoço</b><br>10:30 e 10:50          | Arroz/ feijão/ carne moída com cenoura/ salada<br><br>Sobremesa: Maçã | Arroz/ feijão/ pernil picadinho/ purê de batata doce / salada<br><br>Sobremesa: Melão | Arroz/ feijão/ peito de frango ao molho/ purê de abóbora / salada<br><br>Sobremesa: Laranja | Arroz/ feijão/ frango assado com batata/ salada<br><br>Sobremesa: Banana | Arroz/ feijão/ carne ao molho / polenta / salada<br><br>Sobremesa: Mamão |
| <b>Fruta (Parcial tarde)</b><br>13:00   | Maçã  | Melão   | Laranja   | Banana   | Mamão  |
| <b>Lanche da tarde</b><br>15:00 e 15:15 | Suco / Pão francês com carne moída                                    | Macarrão com carne moída / Salada   | Leite puro/ bolo chocolate sem açúcar   | Arroz / feijão / polenta / frango ao molho / Salada                      | Suco / Leite puro/ torta de frango com legumes                           |
| <b>Fruta (Integral)</b>                 | Maçã  | Melão   | Laranja   | Banana   | Mamão  |

| COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL        | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
|-------------------------------|----------------|---------|---------|---------|--------------|-------------|---------|---------|
| <b>Média semanal manhã</b>    | 529,46         | 80g     | 21g     | 15g     | 74,61        | 23,33       | 138,70  | 2,84    |
| <b>Média semanal tarde</b>    | 464,47         | 90g     | 20g     | 7g      | 43,67        | 43,71       | 75,98   | 5,74    |
| <b>Média semanal integral</b> | 878,36         | 144g    | 38g     | 21g     | 109,55       | 45,87       | 196,09  | 8       |

\*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

\*\*As frutas e hortaliças podem sofrer alterações, conforme safra e grau de maturidade

\*\*\* PROIBIDO crianças menores de 3 anos consumirem leite com chocolate, chá, suco e qualquer outro alimento que tenha adição de açúcar.

\*\*\*\*Crianças com Alergia ou intolerância ao leite devem receber o leite de soja ou zero lactose, respectivamente.

*Renata Volpe Vieira Paganote*  
Renata Volpe Vieira Paganote  
Nutricionista Responsável Técnica  
CRN8 – 7267



# PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPUÁ

Departamento Municipal de Educação  
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE



## CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: MINI MATERNAL E MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (2 A 3 ANOS), PRÉ 1 E PRÉ 2 PARCIAL (3 A 5 ANOS)

|   | 2ª FEIRA – 09/09  | 3ª FEIRA – 10/09   | 4ª FEIRA – 11/09  | 5ª FEIRA – 12/09  | 6ª FEIRA – 13/09  |
|---|---|--|---|---|---|
| <b>Café da manhã</b><br>8:05 e 8:15     | Leite puro/ pão francês com manteiga                                | Leite puro/ bolo de banana sem açúcar  | Leite puro/ pão caseiro com ovo   | Leite puro/ Biscoito de polvilho  | Suco / esfirra de frango  |
| <b>Almoço</b><br>10:30 e 10:50          | Arroz/ feijão/ polenta / carne moída/ salada<br><br>Sobremesa: Maçã | Arroz/ feijão/ carne suína picadinha ao molho/ mandioca / salada<br><br>Sobremesa: Laranja | Arroz/ feijão/ quixerinha / peito de frango ao molho / salada<br><br>Sobremesa: Melão | Arroz/ feijão/ frango assado/ maionese/ salada<br><br>Sobremesa: Banana | Arroz/ feijão/ carne ao molho com legumes / salada de alface<br><br>Sobremesa: Banana |
| <b>Fruta (Parcial tarde)</b><br>13:00   | Maçã  | Laranja  | Melão   | Banana  | Banana  |
| <b>Lanche da tarde</b><br>15:00 e 15:15 | Suco / Pão francês com carne moída                                  | Macarrão com carne moída / Salada  | Leite puro/ Biscoito de polvilho  | Arroz / feijão / quixerinha / frango ao molho / Salada                  | Suco / esfirra de frango  |
| <b>Fruta (Integral)</b>                 | Maçã  | Laranja  | Melão   | Banana  | Banana  |

| COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL        | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
|-------------------------------|----------------|---------|---------|---------|--------------|-------------|---------|---------|
| <b>Média semanal manhã</b>    | 492,00         | 70g     | 21g     | 15g     | 295,33       | 34,84       | 153,76  | 3,11    |
| <b>Média semanal tarde</b>    | 432,02         | 72      | 15      | 21      | 117,54       | 56,85       | 134,24  | 4,27    |
| <b>Média semanal integral</b> | 800,35         | 118g    | 33g     | 24g     | 375,37       | 66,72       | 241,85  | 66,72   |

\*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

\*\*As frutas e hortaliças podem sofrer alterações, conforme safra e grau de maturidade

\*\*\* PROIBIDO crianças menores de 3 anos consumirem leite com chocolate, chá, suco e qualquer outro alimento que tenha adição de açúcar.

\*\*\*\*Crianças com Alergia ou intolerância ao leite devem receber o leite de soja ou zero lactose, respectivamente.

*Renata Volpe Vieira Paganote*  
Renata Volpe Vieira Paganote  
Nutricionista Responsável Técnica  
CRN8 – 7267



# PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPUÁ

Departamento Municipal de Educação  
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE



## CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: MINI MATERNAL E MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (2 A 3 ANOS), PRÉ 1 E PRÉ 2 PARCIAL (3 A 5 ANOS)

|   | 2ª FEIRA – 16/09   | 3ª FEIRA – 17/09   | 4ª FEIRA – 18/09  | 5ª FEIRA – 19/09   | 6ª FEIRA – 20/09  |
|---|--|--|---|--|---|
| <b>Café da manhã</b><br>8:05 e 8:15     | Leite puro/ pão francês com manteiga                                 | Leite puro/ bolo chocolate sem açúcar  | Leite puro/ pão caseiro com ovo   | Leite puro/ pão de queijo  | Suco / Quibe assado   |
| <b>Almoço</b><br>10:30 e 10:50          | Arroz/ feijão/ macarrão / carne moída/ salada<br><br>Sobremesa: Maçã | Arroz/ feijão/ carne suína picadinha/ purê batata doce/ salada<br><br>Sobremesa: Laranja | Arroz/ feijão/ quixerinha / peito de frango ao molho / salada<br><br>Sobremesa: Melão | Arroz/ feijão/ frango assado com batata/ salada<br><br>Sobremesa: Banana | Arroz/ feijão/ carne ao molho / polenta / salada de alface<br><br>Sobremesa: Banana |
| <b>Fruta (Parcial tarde)</b><br>13:00   | Maçã   | Laranja  | Melão   | Banana   | Banana  |
| <b>Lanche da tarde</b><br>15:00 e 15:15 | Suco / Pão francês com carne moída                                   | Macarrão com carne moída / Salada  | Leite puro/ pão de queijo   | Arroz / feijão / polenta / frango ao molho / Salada                      | Suco / Quibe assado   |
| <b>Fruta (Integral)</b>                 | Maçã   | Laranja  | Melão   | Banana   | Banana  |

| COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL        | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
|-------------------------------|----------------|---------|---------|---------|--------------|-------------|---------|---------|
| <b>Média semanal manhã</b>    | 486,25         | 70g     | 22g     | 14g     | 170,07       | 38,71       | 156,69  | 3,07    |
| <b>Média semanal tarde</b>    | 386,36         | 60g     | 15g     | 13g     | 122,70       | 36,33       | 156,51  | 3,73    |
| <b>Média semanal integral</b> | 811,51         | 120g    | 34g     | 25g     | 275,29       | 75,03       | 281,06  | 6,35    |

\*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

\*\*As frutas e hortaliças podem sofrer alterações, conforme safra e grau de maturidade

\*\*\* PROIBIDO crianças menores de 3 anos consumirem leite com chocolate, chá, suco e qualquer outro alimento que tenha adição de açúcar.

\*\*\*\*Crianças com Alergia ou intolerância ao leite devem receber o leite de soja ou zero lactose, respectivamente.

*Renata Volpe Vieira Paganote*  
Renata Volpe Vieira Paganote  
Nutricionista Responsável Técnica  
CRN8 – 7267



# PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPUÁ

Departamento Municipal de Educação  
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE



## CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: MINI MATERNAL E MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (2 A 3 ANOS), PRÉ 1 E PRÉ 2 PARCIAL (3 A 5 ANOS)

|   | 2ª FEIRA – 23/09   | 3ª FEIRA – 24/09  | 4ª FEIRA – 25/09   | 5ª FEIRA – 26/09   | 6ª FEIRA – 27/09   |
|---|--|---|--|--|--|
| <b>Café da manhã</b><br>8:05 e 8:15     | Leite puro/ pão francês com manteiga                                 | Leite puro/ pão caseiro com manteiga  | Leite puro/ pão caseiro com ovo  | Leite puro/ bolo de banana   | Leite puro/ torta de frango com legumes  |
| <b>Almoço</b><br>10:30 e 10:50          | Arroz/ feijão/ macarrão / carne moída/ salada<br><br>Sobremesa: Maçã | Arroz/ feijão/ carne suína picadinha/ purê batata doce/ salada<br><br>Sobremesa: Melancia | Arroz/ feijão/ quixerinha / peito de frango ao molho / salada<br><br>Sobremesa: Pêra | Arroz/ feijão/ frango assado com batata/ salada<br><br>Sobremesa: Banana | Arroz/ feijão/ carne ao molho / polenta / salada de alface<br><br>Sobremesa: Melão |
| <b>Fruta (Parcial tarde)</b><br>13:00   | Maçã   | Melancia  | Pêra   | Banana   | Melão  |
| <b>Lanche da tarde</b><br>15:00 e 15:15 | Suco / Pão francês com carne moída                                   | Macarrão com carne moída / Salada   | Suco / sanduiche natural de frango   | Arroz / feijão / polenta / frango ao molho / Salada                      | Leite puro/ torta de frango com legumes  |
| <b>Fruta (Integral)</b>                 | Maçã   | Melancia  | Pêra   | Banana   | Melão  |

| COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL        | Energia (Kcal) | CHO (g)    | PTN (g) | LPD (g) | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
|-------------------------------|----------------|------------|---------|---------|--------------|-------------|---------|---------|
| <b>Média semanal manhã</b>    | 480,43         | 71g        | 21g     | 13g     | 342,46       | 39,75       | 126,78  | 2,91    |
| <b>Média semanal tarde</b>    | 295,11         | <b>49g</b> | 12g     | 5g      | 84,1         | 25,38       | 75,73   | 3,32    |
| <b>Média semanal integral</b> | 768,38         | 119g       | 32g     | 21g     | 426,55       | 65,13       | 202,42  | 6,22    |

\*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

\*\*As frutas e hortaliças podem sofrer alterações, conforme safra e grau de maturidade

\*\*\* PROIBIDO crianças menores de 3 anos consumirem leite com chocolate, chá, suco e qualquer outro alimento que tenha adição de açúcar.

\*\*\*\*Crianças com Alergia ou intolerância ao leite devem receber o leite de soja ou zero lactose, respectivamente.

*Renata Volpe Vieira Paganote*  
Renata Volpe Vieira Paganote  
Nutricionista Responsável Técnica  
CRN8 – 7267