



# 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 – 03/04	3ª FEIRA – 04/04	4ª FEIRA – 05/04	5ª FEIRA – 06/04	6ª FEIRA – 07/04
<b>Café da manhã</b> 8:05 e 8:15	Leite puro/ pão francês com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Suco de uva integral/ quibe assado	
<b>Almoço</b> 10:30 e 10:50	Arroz/ feijão/ polenta/ carne moída/ salada de repolho  Sobremesa: Poncã	Arroz/ feijão/ peito de frango ao molho/ macarronada/ salada de repolho  Sobremesa: Melão	Arroz/ feijão/ carne bovina com legumes (cenoura e abobrinha)/ salada de alface  Sobremesa: Mamão	Arroz/ feijão/ pernil picadinho/ purê de batata/ salada de alface com tomate  Sobremesa: Laranja	
<b>Fruta (Parcial tarde)</b> 13:00	Poncã	Melão	Mamão	Laranja	
<b>Lanche da tarde</b> 15:00 e 15:15	Pão francês/ carne moída/ suco de uva integral	Leite puro/ pão caseiro com requeijão	Arroz/ Macarrão/ Frango ao molho/ Salada Cenoura	Leite puro/ bolo de banana sem açúcar	
<b>Fruta (Integral)</b>	Poncã	Melão	Mamão	Laranja	

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>	475	68g	12g	13g	350,67	35,01	182,27	5,01
<b>Média semanal tarde</b>	379,01	60	8g	6g	150,44	15,33	103,21	4,08
<b>Média semanal integral</b>	691,35	118g	27g	18g	376,64	66,72	204,55	5,88

\*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

\*\*As frutas 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.



# 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 – 10/04	3ª FEIRA – 11/04	4ª FEIRA – 12/04	5ª FEIRA – 13/04	6ª FEIRA – 14/04
<b>Café da manhã</b> 8:05 e 8:15	Leite puro/ pão francês com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com requeijão	Suco de uva integral / quibe assado	Leite puro/ pão caseiro com requeijão	Suco de uva integral e torta de frango (frango, tomate e cenoura)
<b>Almoço</b> 10:30 e 10:50	Arroz/ feijão/ macarrão/ carne moída/ salada de repolho  Sobremesa: maçã	Arroz/ feijão/ peito de frango ao molho/ salada de repolho com cenoura ralada  Sobremesa: Laranja	Arroz/ feijão/ pernil suíno picadinho/ salada de alface com tomate  Sobremesa: Banana	Arroz/ feijão/ carne bovina ao molho com cenoura/ purê de batata doce/ salada de alface  Sobremesa: Mamão	Arroz/ feijão/ frango ao molho/ chuchu refogado/ Beterraba  Sobremesa: Melancia
<b>Fruta (Parcial tarde)</b> 13:00	Maçã	Laranja	Banana	Mamão	Melancia
<b>Lanche da tarde</b> 15:00 e 15:15	Suco de uva integral/ pão francês com carne moída	Arroz/ Macarrão/ Frango ao molho/ Salada de repolho	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Arroz/ Polenta/ Carne moída/ Salada Chuchu
<b>Fruta (Integral)</b>	Maçã	Laranja	Banana	Mamão	Melancia

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>	482,00	71g	21g	15g	293,30	34,82	153,70	3,23
<b>Média semanal tarde</b>	432,02	68	15	22	107,54	56,85	134,24	4,29
<b>Média semanal integral</b>	805,6	120g	32g	24g	385,42	76,72	231,80	6,72

\*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

\*\*As frutas 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.



# 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 – 17/04	3ª FEIRA – 18/04	4ª FEIRA – 19/04	5ª FEIRA – 20/04	6ª FEIRA – 21/04
<b>Café da manhã</b> 8:05 e 8:15	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com requeijão	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com requeijão	
<b>Almoço</b> 10:30 e 10:50	Arroz/ feijão/ macarronada/ carne moída/ salada de repolho  Sobremesa: Manga	Arroz/ feijão/peito de frango ao molho/ salada de repolho com cenoura ralada  Sobremesa: Laranja	Arroz/ feijão/ carne ao molho com legumes (cenoura e abobrinha)/ salada de alface  Sobremesa: Mamão	Arroz/ feijão/carne suína picadinha/ salada de chuchu  Sobremesa: Banana	
<b>Fruta (Parcial tarde)</b> 13:00	Manga	Laranja	Mamão	Banana	
<b>Lanche da tarde</b> 15:00 e 15:15	Suco de uva integral/ pão francês com carne moída	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Arroz/ Macarrão/ Frango ao molho/ Salada Cenoura	Suco de uva integral/ esfirra de frango	
<b>Fruta (Integral)</b>	Manga	Laranja	Mamão	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	64g	20g	12g	162,00	36,11	149,92	3,12
<b>Média semanal tarde</b>	298,23	60g	13g	14g	119,50	33,22	150,25	3,15
<b>Média semanal integral</b>	699,15	112g	31g	23g	259,91	73,09	25,16	5,98

\*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

\*\*As frutas 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.



# 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 – 24/04	3ª FEIRA – 25/04	4ª FEIRA – 26/04	5ª FEIRA – 27/04	6ª FEIRA – 28/04
<b>Café da manhã</b> 8:05 e 8:15	pão francês com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com requeijão	Suco de uva integral / quibe assado	Leite puro/ pão caseiro com requeijão	Leite puro/ e torta de frango (frango, milho, tomate e cenoura)
<b>Almoço</b> 10:30 e 10:50	Arroz/ feijão/ polenta/ carne moída/ salada de cenoura ralada  Sobremesa: Laranja	Arroz/ feijão/ peito de frango ao molho/ salada de repolho  Sobremesa: Banana	Arroz/ feijão/ carne bovina ao molho com cenoura/ purê de batata doce/ salada de alface  Sobremesa: Melão	Arroz/ feijão/ pernil suíno picadinho com abobrinha/ beterraba  Sobremesa: Mamão	Arroz/ feijão/ frango ao molho com batata/ chuchu refogado  Sobremesa: Maçã
<b>Fruta (Parcial tarde)</b> 13:00	Laranja	Banana	Melão	Mamão	Maçã
<b>Lanche da tarde</b> 15:00 e 15:15	Suco de uva integral/ pão francês com carne moída	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Arroz/ Macarrão/ Frango ao molho/ Salada Cenoura	Suco de uva integral/pão de queijo	Arroz/ Polenta/ Carne moída/ Salada Chuchu
<b>Fruta (Integral)</b>	Laranja	Banana	Melão	Mamão	Maçã

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>	457	70g	22g	12g	332,52	37,54	124,59	2,95
<b>Média semanal tarde</b>	421,1	62	11g	6g	83,4	26,8	76,31	3,29
<b>Média semanal integral</b>	802,12	127g	31g	21g	436,61	64,18	205,12	6,17

\*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

\*\*As frutas 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.