



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS PINHAIS  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE  
**CARDÁPIO LANCHE RURAL**  
**FEVEREIRO**

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
MANHÃ E TARDE	SUCO DE MARACUJÁ PÃO DE AVEIA COM MANTEIGA	ACHOCOLATADO FRIO BOLO DE CENOURA	MADALENA SALADA DE ALFACE PÉRA	SUCO DE LARANJA PÃO INTEGRAL COM DOCE DE BANANANA	CAFÉ COM LEITE PÃO DE QUEIJO GOIABA
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	12/02/18	13/02/18	14/02/18	15/02/18	16/02/18
MANHÃ E TARDE	RECESSO	CARNAVAL	QUARTA FEIRA DE CINZAS	POLENTA MOLHO DE FRANGO E LEGUMES SALADA DE BETERRABA COZIDA MAÇÃ	BATIDA COM POLPA DE UVA BISCOITO MAISENA INTEGRAL BANANA
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	19/02/18	20/02/18	21/02/18	22/02/18	23/02/18
MANHÃ E TARDE	BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO BISCOITO DE CHOCOLATE PÉRA	SUCO DE LIMÃO PÃO DE BATATA COM REQUEIJÃO	SAGU DE UVA FRIO CREME DE LETE MAÇÃ	RISOTO DE ARROZ INTEGRAL COM CARNE E ERVILHA SALADA DE TOMATE BANANA	CHÁ MATE COM LIMÃO FRIO CHINEQUE INTEGRAL DE BANANA
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	26/02/18	27/02/18	28/02/18	01/03/18	02/03/18
MANHÃ E TARDE	SUCO DE LARANJA PÃO DE CENTEIO COM PEITO DE PERU	BATIDA COM POLPA DE PÊSSEGO COOKIES DE AVEIA GOIABA	MACARRÃO PARAFUSO COLORIDO A BOLONHESA SALADA DE REPOLHO BANANA	LEITE COM AROMA DE BAUNILHA FRIO NEGA MALUCA	SUCO DE ABAÇAXI CACHORRO QUENTE COM PÃO DE AVEIA

Os cardápios são definidos por meio de preceitos básicos da nutrição, das normatizações e objetivos estabelecidos pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE).

Este cardápio é destinado para escolas rurais com período parcial e está disponibilizado no site:

<http://www.sjp.pr.gov.br/secretarias/secretaria-educacao/alimentacao-escolar/>

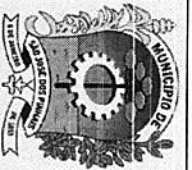
Os cardápios poderão, eventualmente, sofrer alteração desde que autorizada previamente por nutricionista da Secretaria Municipal de Educação.  
Ligar para a Divisão de Merenda Escolar no ramal 3381-6650 / 6982 para informações ou considerações.

*Martília B. Mui*  
NUTRICIONISTA  
C.R.N. 258

MARILIA B. MACHADO  
NUTRICIONISTA CRN 8 - 258  
RESPONSÁVEL TÉCNICO

*Rebeca V. D. Brauri*  
Nutricionista CRN 8 - 6995  
Secr. Mun. de Educação  
Matrícula 019188

REBECA V. D. BRAURI  
NUTRICIONISTA CRN 8 - 6995  
RESPONSÁVEL TÉCNICO



**PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS PINHAIS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**  
**CARDÁPIO DO LANCHE RURAL - Informações Nutricionais**  
**FEVEREIRO**

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
05/02/18		06/02/18		07/02/18		08/02/18		09/02/18	
Energia (kcal)	417,7	Energia (kcal)	505,6	Energia (kcal)	397,1	Energia (kcal)	324,1	Energia (kcal)	504,9
Proteína (g)	6,8	Proteína (g)	13,6	Proteína (g)	17,3	Proteína (g)	8	Proteína (g)	11,3
Lípidios (g)	21,3	Lípidios (g)	14,8	Lípidios (g)	9,9	Lípidios (g)	3,6	Lípidios (g)	20,5
Carboidratos (g)	51,1	Carboidratos (g)	81,7	Carboidratos (g)	61,3	Carboidratos (g)	66,8	Carboidratos (g)	70,2
Fibra Alimentar (g)	1,9	Fibra Alimentar (g)	2,8	Fibra Alimentar (g)	7,5	Fibra Alimentar (g)	7,3	Fibra Alimentar (g)	7,1
Calcio (mg)	58,6	Calcio (mg)	274,6	Calcio (mg)	162,5	Calcio (mg)	43	Calcio (mg)	319,6
Magnésio (mg)	32,8	Magnésio (mg)	37,8	Magnésio (mg)	40,1	Magnésio (mg)	19,5	Magnésio (mg)	39,9
Ferro (mg)	1	Ferro (mg)	0,7	Ferro (mg)	1,4	Ferro (mg)	0,5	Ferro (mg)	1
Zinco (mg)	0,9	Zinco (mg)	1,2	Zinco (mg)	1,8	Zinco (mg)	0,5	Zinco (mg)	1,1
Retinol (mcg)	223,1	Retinol (mcg)	171,8	Retinol (mcg)	75,6	Retinol (mcg)	27,5	Retinol (mcg)	137,1
Vitamina C (mg)	6	Vitamina C (mg)	1	Vitamina C (mg)	27,3	Vitamina C (mg)	56,4	Vitamina C (mg)	40,3
<b>12/02/18</b>									
<b>RECESSO</b>									
<b>13/02/18</b>									
<b>FERIADO</b>									
<b>14/02/18</b>									
<b>QUARTA-FEIRA DE CINZAS</b>									
<b>15/02/18</b>									
Energia (kcal)		Energia (kcal)		Energia (kcal)		Energia (kcal)		Energia (kcal)	
Proteína (g)		Proteína (g)		Proteína (g)		Proteína (g)		Proteína (g)	
Lípidios (g)		Lípidios (g)		Lípidios (g)		Lípidios (g)		Lípidios (g)	
Carboidratos (g)		Carboidratos (g)		Carboidratos (g)		Carboidratos (g)		Carboidratos (g)	
Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)	
Calcio (mg)		Calcio (mg)		Calcio (mg)		Calcio (mg)		Calcio (mg)	
Magnésio (mg)		Magnésio (mg)		Magnésio (mg)		Magnésio (mg)		Magnésio (mg)	
Ferro (mg)		Ferro (mg)		Ferro (mg)		Ferro (mg)		Ferro (mg)	
Zinco (mg)		Zinco (mg)		Zinco (mg)		Zinco (mg)		Zinco (mg)	
Retinol (mcg)		Retinol (mcg)		Retinol (mcg)		Retinol (mcg)		Retinol (mcg)	
Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)	
<b>22/02/18</b>									
Energia (kcal)		Energia (kcal)		Energia (kcal)		Energia (kcal)		Energia (kcal)	
Proteína (g)		Proteína (g)		Proteína (g)		Proteína (g)		Proteína (g)	
Lípidios (g)		Lípidios (g)		Lípidios (g)		Lípidios (g)		Lípidios (g)	
Carboidratos (g)		Carboidratos (g)		Carboidratos (g)		Carboidratos (g)		Carboidratos (g)	
Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)	
Calcio (mg)		Calcio (mg)		Calcio (mg)		Calcio (mg)		Calcio (mg)	
Magnésio (mg)		Magnésio (mg)		Magnésio (mg)		Magnésio (mg)		Magnésio (mg)	
Ferro (mg)		Ferro (mg)		Ferro (mg)		Ferro (mg)		Ferro (mg)	
Zinco (mg)		Zinco (mg)		Zinco (mg)		Zinco (mg)		Zinco (mg)	
Retinol (mcg)		Retinol (mcg)		Retinol (mcg)		Retinol (mcg)		Retinol (mcg)	
Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)	
<b>23/02/18</b>									
Energia (kcal)	391	Energia (kcal)	279,2	Energia (kcal)	309,4	Energia (kcal)	332,4	Energia (kcal)	248,9
Proteína (g)	5,2	Proteína (g)	7	Proteína (g)	1,1	Proteína (g)	14,9	Proteína (g)	3,9
Lípidios (g)	5,1	Lípidios (g)	6,4	Lípidios (g)	11,3	Lípidios (g)	6,5	Lípidios (g)	3,9
Carboidratos (g)	42,8	Carboidratos (g)	51,2	Carboidratos (g)	53,7	Carboidratos (g)	55,7	Carboidratos (g)	50,1
Fibra Alimentar (g)	3	Fibra Alimentar (g)	0,6	Fibra Alimentar (g)	1,3	Fibra Alimentar (g)	5,1	Fibra Alimentar (g)	1,6
Calcio (mg)	170	Calcio (mg)	103,4	Calcio (mg)	48	Calcio (mg)	15,3	Calcio (mg)	42,4
Magnésio (mg)	6	Magnésio (mg)	8,2	Magnésio (mg)	7,6	Magnésio (mg)	87,9	Magnésio (mg)	10,4
Ferro (mg)	0,1	Ferro (mg)	0,7	Ferro (mg)	0,4	Ferro (mg)	1,8	Ferro (mg)	0,3
Zinco (mg)	0,1	Zinco (mg)	0,4	Zinco (mg)	0,2	Zinco (mg)	2	Zinco (mg)	0,4
Retinol (mcg)	231	Retinol (mcg)	90,8	Retinol (mcg)	64	Retinol (mcg)	2,7	Retinol (mcg)	39,8
Vitamina C (mg)	15,8	Vitamina C (mg)	23,6	Vitamina C (mg)	6,8	Vitamina C (mg)	22,8	Vitamina C (mg)	3,6
<b>26/02/18</b>									
Energia (kcal)	289,4	Energia (kcal)	408,7	Energia (kcal)	414,4	Energia (kcal)	582,7	Energia (kcal)	449,6
Proteína (g)	11,2	Proteína (g)	7,2	Proteína (g)	19,2	Proteína (g)	1,3	Proteína (g)	15,4
Lípidios (g)	3	Lípidios (g)	7,2	Lípidios (g)	6,7	Lípidios (g)	17,1	Lípidios (g)	18,5
Carboidratos (g)	55,5	Carboidratos (g)	34,6	Carboidratos (g)	71,7	Carboidratos (g)	95,8	Carboidratos (g)	57,2
Fibra Alimentar (g)	2,8	Fibra Alimentar (g)	3,1	Fibra Alimentar (g)	4,1	Fibra Alimentar (g)	1,1	Fibra Alimentar (g)	4,6
Calcio (mg)	43,7	Calcio (mg)	233,9	Calcio (mg)	20	Calcio (mg)	286,7	Calcio (mg)	124,6
Magnésio (mg)	30,2	Magnésio (mg)	23,6	Magnésio (mg)	44	Magnésio (mg)	42	Magnésio (mg)	52,2
Ferro (mg)	1,2	Ferro (mg)	0,2	Ferro (mg)	1,4	Ferro (mg)	0,8	Ferro (mg)	3,7
Zinco (mg)	0,7	Zinco (mg)	0,8	Zinco (mg)	1,6	Zinco (mg)	1,3	Zinco (mg)	1
Retinol (mcg)	23,9	Retinol (mcg)	93,9	Retinol (mcg)	2,1	Retinol (mcg)	173,6	Retinol (mcg)	0
Vitamina C (mg)	53,7	Vitamina C (mg)	40,3	Vitamina C (mg)	1,7	Vitamina C (mg)	0,1	Vitamina C (mg)	37,1
<b>27/02/18</b>									
Energia (kcal)		Energia (kcal)		Energia (kcal)		Energia (kcal)		Energia (kcal)	
Proteína (g)		Proteína (g)		Proteína (g)		Proteína (g)		Proteína (g)	
Lípidios (g)		Lípidios (g)		Lípidios (g)		Lípidios (g)		Lípidios (g)	
Carboidratos (g)		Carboidratos (g)		Carboidratos (g)		Carboidratos (g)		Carboidratos (g)	
Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)	
Calcio (mg)		Calcio (mg)		Calcio (mg)		Calcio (mg)		Calcio (mg)	
Magnésio (mg)		Magnésio (mg)		Magnésio (mg)		Magnésio (mg)		Magnésio (mg)	
Ferro (mg)		Ferro (mg)		Ferro (mg)		Ferro (mg)		Ferro (mg)	
Zinco (mg)		Zinco (mg)		Zinco (mg)		Zinco (mg)		Zinco (mg)	
Retinol (mcg)		Retinol (mcg)		Retinol (mcg)		Retinol (mcg)		Retinol (mcg)	
Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)	
<b>28/02/08</b>									
Energia (kcal)		Energia (kcal)		Energia (kcal)		Energia (kcal)		Energia (kcal)	
Proteína (g)		Proteína (g)		Proteína (g)		Proteína (g)		Proteína (g)	
Lípidios (g)		Lípidios (g)		Lípidios (g)		Lípidios (g)		Lípidios (g)	
Carboidratos (g)		Carboidratos (g)		Carboidratos (g)		Carboidratos (g)		Carboidratos (g)	
Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)	
Calcio (mg)		Calcio (mg)		Calcio (mg)		Calcio (mg)		Calcio (mg)	
Magnésio (mg)		Magnésio (mg)		Magnésio (mg)		Magnésio (mg)		Magnésio (mg)	
Ferro (mg)		Ferro (mg)		Ferro (mg)		Ferro (mg)		Ferro (mg)	
Zinco (mg)		Zinco (mg)		Zinco (mg)		Zinco (mg)		Zinco (mg)	
Retinol (mcg)		Retinol (mcg)		Retinol (mcg)		Retinol (mcg)		Retinol (mcg)	
Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)	
<b>01/03/18</b>									
Energia (kcal)		Energia (kcal)		Energia (kcal)		Energia (kcal)		Energia (kcal)	
Proteína (g)		Proteína (g)		Proteína (g)		Proteína (g)		Proteína (g)	
Lípidios (g)		Lípidios (g)		Lípidios (g)		Lípidios (g)		Lípidios (g)	
Carboidratos (g)		Carboidratos (g)		Carboidratos (g)		Carboidratos (g)		Carboidratos (g)	
Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)	
Calcio (mg)		Calcio (mg)		Calcio (mg)		Calcio (mg)		Calcio (mg)	
Magnésio (mg)		Magnésio (mg)		Magnésio (mg)		Magnésio (mg)		Magnésio (mg)	
Ferro (mg)		Ferro (mg)		Ferro (mg)		Ferro (mg)		Ferro (mg)	
Zinco (mg)		Zinco (mg)		Zinco (mg)		Zinco (mg)		Zinco (mg)	
Retinol (mcg)		Retinol (mcg)		Retinol (mcg)		Retinol (mcg)		Retinol (mcg)	
Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)	
<b>02/03/18</b>									

Este cardápio é destinado para escolas que executam o Programa Mais Educação e está disponibilizado no site:  
<http://www.sjp.pr.gov.br/secretarias/secretaria-educacao/alimentacao-escolar/>  
 Os cardápios poderão, eventualmente, sofrer alteração desde que autorizada previamente por nutricionista da Secretaria Municipal de Educação.  
 Ligar para a Divisão de Merenda Escolar no ramal 3381-6650 / 6982 para informações ou considerações.

**Marília B. Machado**  
 NUTRICIONISTA  
 C.R.N. 258

**Ribeca V. D. Braun**  
 Nutricionista CRN 8 - 6995  
 Secr. Mun. de Educação  
 Matrícula 019180