



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

MARÇO

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
MANHÃ E TARDE	CHÁ DE CIDREIRA COM LIMÃO FRIO PÃO DE AVEIA COM QUEIJO	VITAMINA DE BANANA BISCOITO MAISENA INTEGRAL PÉRA	ARROZ INTEGRAL, CARNE PICADINHA COM LEGUMES SALADA DE AGRÃO MELANCIA	CAFÉ COM LETE CHINEQUE INTEGRAL DE UVA	SUCO DE LIMÃO TORTA DE FUBÁ COM LEGUMES BANANA
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	12/03/18	13/03/18	14/03/18	15/03/18	16/03/18
MANHÃ E TARDE	BEBIDA LÁCTEA DE CÔCO COOKIES INTEGRAL MAÇÃ	SUCO DE LARANJA PÃO DE BATATA COM REQUEIJÃO	CHÁ MATE COM PÊSSEGO FRIO PÃO DE CENTEIO COM DOCE DE BANANA	MACARRÃO PARAFUSO MOLHO DE FRANGO E LEGUMES SALADA DE REPOLHO GOIABA	SALADA DE FRUTAS BISCOITO DE AVEIA
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	19/03/18	20/03/18	21/03/18	22/03/18	23/03/18
MANHÃ E TARDE	SUCO DE MARACUJÁ PÃO INTEGRAL FATIADO COM MANTEIGA	LETE COM AROMA DE BAUNILHA BOLO DE FUBÁ COM CÔCO	RISOTO COM ARROZ INTEGRAL CARNE E ABÓBORA SALADA DE RÚCULA BANANA	CHÁ DE CIDREIRA CHINEQUE INTEGRAL DE BANANA	SUCO DE MAMÃO COM LARANJA PÃO DE QUEIJO PÉRA
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	26/03/18	27/03/18	28/03/18	29/03/18	30/03/18
MANHÃ E TARDE	LEITE SUCRILHOS MAÇÃ	SUCO DE LIMÃO MISTO FRIO COM PÃO INTEGRAL	ACHOCOLATADO BOLO NEGA MALUCA	QUIJERA COM MOLHO DE FRANGO E LEGUMES SALADA DE PEPINO BANANA	SEXTA-FEIRA SANTA

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.

Maria B. Machado
NUTRICIONISTA
C.R.N. 258

Rebeca M. D. Brauni
Nutricionista
Secr. Municipal de Educação
Matrícula 019189



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS PINHAIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CAMPANHA DO LANCHE RURAL
MARCO - INFORMACÃO NUTRICIONAL

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
09/09/18		06/09/18		07/09/18		08/09/18		09/09/18	
Escola Local	301	Escola Local	411	Escola Local	372	Escola Local	321	Escola Local	298
Proibida (g)	10	Proibida (g)	12	Proibida (g)	11	Proibida (g)	11	Proibida (g)	9
Leite (ml)	10	Leite (ml)	12	Leite (ml)	11	Leite (ml)	11	Leite (ml)	9
Carboidrato (g)	53	Carboidrato (g)	73	Carboidrato (g)	57	Carboidrato (g)	43	Carboidrato (g)	46
Fibra Alimentar (g)	17	Fibra Alimentar (g)	5	Fibra Alimentar (g)	4	Fibra Alimentar (g)	5	Fibra Alimentar (g)	4
Proteína (g)	31	Proteína (g)	28	Proteína (g)	28	Proteína (g)	27	Proteína (g)	27
Mineral (mg)	11	Mineral (mg)	10	Mineral (mg)	9	Mineral (mg)	9	Mineral (mg)	8
Ferro (mg)	0,4	Ferro (mg)	0,4	Ferro (mg)	0,2	Ferro (mg)	0,2	Ferro (mg)	0,2
Zinco (mg)	0,5	Zinco (mg)	0,9	Zinco (mg)	0,7	Zinco (mg)	1	Zinco (mg)	0,8
Vitamina C (mg)	3,9	Vitamina C (mg)	9,9	Vitamina C (mg)	4,8	Vitamina C (mg)	13,3	Vitamina C (mg)	22
Vitamina B1 (mg)	0	Vitamina B1 (mg)	0	Vitamina B1 (mg)	0	Vitamina B1 (mg)	0	Vitamina B1 (mg)	0
Escola Local	301	Escola Local	330	Escola Local	321	Escola Local	418	Escola Local	321
Proibida (g)	9	Proibida (g)	9	Proibida (g)	5	Proibida (g)	22	Proibida (g)	15
Leite (ml)	9	Leite (ml)	9	Leite (ml)	8	Leite (ml)	8	Leite (ml)	11
Carboidrato (g)	49	Carboidrato (g)	45	Carboidrato (g)	42	Carboidrato (g)	57	Carboidrato (g)	51
Fibra Alimentar (g)	2,8	Fibra Alimentar (g)	2,2	Fibra Alimentar (g)	1,4	Fibra Alimentar (g)	5	Fibra Alimentar (g)	2,2
Proteína (g)	21	Proteína (g)	19	Proteína (g)	19	Proteína (g)	21	Proteína (g)	21
Mineral (mg)	11	Mineral (mg)	10	Mineral (mg)	9	Mineral (mg)	9	Mineral (mg)	8
Ferro (mg)	0	Ferro (mg)	0,9	Ferro (mg)	0,8	Ferro (mg)	1,2	Ferro (mg)	0,2
Zinco (mg)	0	Zinco (mg)	0,9	Zinco (mg)	0,9	Zinco (mg)	1,2	Zinco (mg)	0,2
Vitamina C (mg)	3,9	Vitamina C (mg)	31,7	Vitamina C (mg)	21,3	Vitamina C (mg)	12	Vitamina C (mg)	9
Vitamina B1 (mg)	0	Vitamina B1 (mg)	0	Vitamina B1 (mg)	0	Vitamina B1 (mg)	0	Vitamina B1 (mg)	0
Escola Local	372	Escola Local	528	Escola Local	337	Escola Local	347	Escola Local	382
Proibida (g)	9	Proibida (g)	17	Proibida (g)	14	Proibida (g)	3	Proibida (g)	4,6
Leite (ml)	9	Leite (ml)	17	Leite (ml)	11	Leite (ml)	3	Leite (ml)	12,8
Carboidrato (g)	20	Carboidrato (g)	33	Carboidrato (g)	43	Carboidrato (g)	39	Carboidrato (g)	46
Fibra Alimentar (g)	5,4	Fibra Alimentar (g)	3,3	Fibra Alimentar (g)	4,4	Fibra Alimentar (g)	4,9	Fibra Alimentar (g)	9,3
Proteína (g)	14	Proteína (g)	20	Proteína (g)	19	Proteína (g)	19	Proteína (g)	22
Mineral (mg)	9	Mineral (mg)	11	Mineral (mg)	11	Mineral (mg)	11	Mineral (mg)	10,1
Ferro (mg)	0,3	Ferro (mg)	1,4	Ferro (mg)	2	Ferro (mg)	0,4	Ferro (mg)	0,5
Zinco (mg)	0,5	Zinco (mg)	1,4	Zinco (mg)	2	Zinco (mg)	0,4	Zinco (mg)	0,5
Vitamina C (mg)	20,8	Vitamina C (mg)	14,8	Vitamina C (mg)	1,3	Vitamina C (mg)	39,3	Vitamina C (mg)	43,2
Vitamina B1 (mg)	0	Vitamina B1 (mg)	0	Vitamina B1 (mg)	0	Vitamina B1 (mg)	0	Vitamina B1 (mg)	0
Escola Local	348	Escola Local	310	Escola Local	424	Escola Local	528	Escola Local	522
Proibida (g)	8	Proibida (g)	14	Proibida (g)	11	Proibida (g)	7	Proibida (g)	0
Leite (ml)	8	Leite (ml)	8	Leite (ml)	17	Leite (ml)	7	Leite (ml)	0
Carboidrato (g)	59	Carboidrato (g)	47	Carboidrato (g)	44	Carboidrato (g)	58	Carboidrato (g)	0
Fibra Alimentar (g)	30	Fibra Alimentar (g)	31	Fibra Alimentar (g)	28	Fibra Alimentar (g)	23	Fibra Alimentar (g)	0
Proteína (g)	6	Proteína (g)	45	Proteína (g)	41	Proteína (g)	61	Proteína (g)	0
Mineral (mg)	4	Mineral (mg)	5	Mineral (mg)	5	Mineral (mg)	5	Mineral (mg)	0
Ferro (mg)	0,3	Ferro (mg)	1,2	Ferro (mg)	0,8	Ferro (mg)	0,8	Ferro (mg)	0
Zinco (mg)	0	Zinco (mg)	0,7	Zinco (mg)	0,7	Zinco (mg)	0,7	Zinco (mg)	0
Vitamina C (mg)	8,7	Vitamina C (mg)	19,1	Vitamina C (mg)	0,1	Vitamina C (mg)	17,2	Vitamina C (mg)	0
Vitamina B1 (mg)	0	Vitamina B1 (mg)	0	Vitamina B1 (mg)	0	Vitamina B1 (mg)	0	Vitamina B1 (mg)	0

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/>
O cardápio poderá, eventualmente, sofrer alteração desde que autorizada previamente por nutricionista da Secretaria Municipal de Educação.
Ligar para a Divisão de Merenda Escolar no ramal 3381-6550 / 6982 para informações ou considerações.

Martina B. Machado
NUTRICIONISTA
C.R.N. 258

Rebeca Y. D. Braui
NUTRICIONISTA
CRN 8 - 3361
Secr. Mun. de Educação
Matrícula 03918c