



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

MARÇO

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
MANHÃ E TARDE	CHÁ DE CIDREIRA COM LIMÃO FRIO PÃO DE CENTEIO COM QUEIJO MAÇÃ	CAFF COM LEITE BOLO DE FUBÁ COM CÔCO	ARROZ INTEGRAL ISCAS DE CARNE COM LEGUMES BANANA	LEITE SUCRILHOS PÊRA	SUCO DE ABACAXI PIZZA VERDE COM QUEIJO, PRESUNTO, TOMATE E CENOURA
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	BATIDA DE MARACUJÁ BISCOITO DE POLVILHO PÊRA	SUCO DE UVA PÃO INTEGRAL COM CARNE MOIDA REFOGADA	LEITE COM AROMA DE CÔCO BOLO DE FORMIGUEIRO	MACARRÃO PARAFUSO MOLHO DE FRANGO E LEGUMES GOIABA	SALADA DE FRUTAS COOKIES 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	CHÁ MATE COM PÊSSEGO FRIO PÃO DE CENTEIO COM MANTEIGA	BEBIDA LÁCTEA DE CÔCO BISCOITO DE CHOCOLATE MAÇÃ	RISOTO DE ARROZ INTEGRAL, CARNE E ABÓBORA BANANA	LEITE COM AROMA DE BAUNILHA BOLO DE MAÇÃ	SUCO DE MORANGO PÃO DE QUEIJO PÊRA
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	BATIDA DE UVA BISCOITO DE CÔCO MAÇÃ	SUCO DE AGEROLA COM LARANJA PÃO FATIADO INTEGRAL COM PRESUNTO	ACHOCOLATADO BOLO NEGA MALUCA	QUIRERA MOLHO DE FRANGO E LEGUMES GOIABA	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.sfp.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 G. Machado
NUTRICIONISTA
C.R.N. 258


Nutricionista
Rebeca M. D. Braui
C.R.N. 8 - 6995
Nutricionista de Educação
Secr. Municipal de Educação
Mairiçá 019185



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS PINHAIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CAMPO DO LANCEI URBANO
MARCO - INFORMACÃO NUTRICIONAL

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
09/03/18		06/03/18		07/03/18		08/03/18		09/03/18	
Escola Lacerd	327,5	Escola Lacerd	369,5	Escola Lacerd	401,3	Escola Lacerd	353,3	Escola Lacerd	299,1
Protina (g)	11	Protina (g)	12,5	Protina (g)	14,3	Protina (g)	9	Protina (g)	13,1
Lipidos (g)	9	Lipidos (g)	4,8	Lipidos (g)	4,8	Lipidos (g)	8,8	Lipidos (g)	10,1
Carboidratos (g)	67,8	Carboidratos (g)	86,8	Carboidratos (g)	77,8	Carboidratos (g)	67	Carboidratos (g)	43,5
Fibra Alimentar (g)	3,3	Fibra Alimentar (g)	4,4	Fibra Alimentar (g)	5,3	Fibra Alimentar (g)	4,1	Fibra Alimentar (g)	4,7
Calorias (kcal)	297,9	Calorias (kcal)	323,9	Calorias (kcal)	351,3	Calorias (kcal)	306	Calorias (kcal)	184,5
Moléculas (mg)	30,1	Moléculas (mg)	44,4	Moléculas (mg)	113,3	Moléculas (mg)	2,1	Moléculas (mg)	0,3
Ferro (mg)	0,9	Ferro (mg)	1,2	Ferro (mg)	2	Ferro (mg)	4,4	Ferro (mg)	1,1
Zinco (mg)	1,5	Zinco (mg)	1,5	Zinco (mg)	3,5	Zinco (mg)	4,4	Zinco (mg)	1,1
Retinol (mg)	1,5	Retinol (mg)	1,5	Retinol (mg)	0	Retinol (mg)	10,1	Retinol (mg)	28,4
Vitamina C (mg)	4	Vitamina C (mg)	1,5	Vitamina C (mg)	13,3	Vitamina C (mg)	10,1	Vitamina C (mg)	2,9
12/03/18									
Escola Lacerd	377,6	Escola Lacerd	427,4	Escola Lacerd	544,5	Escola Lacerd	425,6	Escola Lacerd	339,7
Protina (g)	7,5	Protina (g)	14,6	Protina (g)	14,4	Protina (g)	21,7	Protina (g)	17,5
Lipidos (g)	37	Lipidos (g)	52,6	Lipidos (g)	54,8	Lipidos (g)	51,1	Lipidos (g)	51,1
Carboidratos (g)	37	Carboidratos (g)	52,6	Carboidratos (g)	54,8	Carboidratos (g)	8,2	Carboidratos (g)	6,5
Fibra Alimentar (g)	3,2	Fibra Alimentar (g)	5,3	Fibra Alimentar (g)	0,9	Fibra Alimentar (g)	8,2	Fibra Alimentar (g)	24,5
Calorias (kcal)	241,3	Calorias (kcal)	254	Calorias (kcal)	242,2	Calorias (kcal)	24,5	Calorias (kcal)	24,5
Moléculas (mg)	1,8	Moléculas (mg)	1,8	Moléculas (mg)	31,1	Moléculas (mg)	31,9	Moléculas (mg)	28,2
Ferro (mg)	0,3	Ferro (mg)	2,2	Ferro (mg)	1	Ferro (mg)	1,2	Ferro (mg)	0,2
Zinco (mg)	0,9	Zinco (mg)	2,2	Zinco (mg)	1	Zinco (mg)	1,2	Zinco (mg)	0,2
Retinol (mg)	0,9	Retinol (mg)	2,2	Retinol (mg)	107,6	Retinol (mg)	1,2	Retinol (mg)	0
Vitamina C (mg)	9,3	Vitamina C (mg)	2,2	Vitamina C (mg)	0	Vitamina C (mg)	75,3	Vitamina C (mg)	9,9
19/03/18									
Escola Lacerd	394,1	Escola Lacerd	394	Escola Lacerd	313,2	Escola Lacerd	442,1	Escola Lacerd	409,2
Protina (g)	5,1	Protina (g)	4,9	Protina (g)	13,2	Protina (g)	17,5	Protina (g)	33,9
Lipidos (g)	50,2	Lipidos (g)	5	Lipidos (g)	5,7	Lipidos (g)	12,8	Lipidos (g)	12,7
Carboidratos (g)	50,2	Carboidratos (g)	1,3	Carboidratos (g)	4,3	Carboidratos (g)	74,9	Carboidratos (g)	17,2
Fibra Alimentar (g)	2	Fibra Alimentar (g)	1,3	Fibra Alimentar (g)	19,7	Fibra Alimentar (g)	51,4	Fibra Alimentar (g)	48,6
Calorias (kcal)	202	Calorias (kcal)	154	Calorias (kcal)	19,7	Calorias (kcal)	51,4	Calorias (kcal)	47,4
Moléculas (mg)	2	Moléculas (mg)	0,2	Moléculas (mg)	79,3	Moléculas (mg)	62,6	Moléculas (mg)	12,4
Ferro (mg)	0,8	Ferro (mg)	0	Ferro (mg)	1,9	Ferro (mg)	1,7	Ferro (mg)	0,4
Zinco (mg)	0,8	Zinco (mg)	0	Zinco (mg)	1,3	Zinco (mg)	217,9	Zinco (mg)	43,2
Retinol (mg)	289,2	Retinol (mg)	231	Retinol (mg)	1,3	Retinol (mg)	217,9	Retinol (mg)	43,2
Vitamina C (mg)	31	Vitamina C (mg)	19,4	Vitamina C (mg)	6,9	Vitamina C (mg)	1,4	Vitamina C (mg)	2,8
26/03/18									
Escola Lacerd	423,3	Escola Lacerd	283,3	Escola Lacerd	424,8	Escola Lacerd	311,6	Escola Lacerd	0
Protina (g)	4,9	Protina (g)	10,2	Protina (g)	13,5	Protina (g)	6,3	Protina (g)	0
Lipidos (g)	4,7	Lipidos (g)	3,7	Lipidos (g)	17,4	Lipidos (g)	6,3	Lipidos (g)	0
Carboidratos (g)	1,2	Carboidratos (g)	5,8	Carboidratos (g)	84,9	Carboidratos (g)	46,7	Carboidratos (g)	0
Fibra Alimentar (g)	233,9	Fibra Alimentar (g)	14,3	Fibra Alimentar (g)	288,2	Fibra Alimentar (g)	18,3	Fibra Alimentar (g)	0
Calorias (kcal)	21,9	Calorias (kcal)	14,3	Calorias (kcal)	41,8	Calorias (kcal)	35,1	Calorias (kcal)	0
Moléculas (mg)	0,7	Moléculas (mg)	0,7	Moléculas (mg)	0,8	Moléculas (mg)	0,8	Moléculas (mg)	0
Ferro (mg)	0,7	Ferro (mg)	0	Ferro (mg)	4,8	Ferro (mg)	0,2	Ferro (mg)	0
Zinco (mg)	0,7	Zinco (mg)	21,3	Zinco (mg)	173,5	Zinco (mg)	1,2	Zinco (mg)	0
Retinol (mg)	93,9	Retinol (mg)	21,3	Retinol (mg)	173,5	Retinol (mg)	1,2	Retinol (mg)	0
Vitamina C (mg)	7,2	Vitamina C (mg)	1.850,05	Vitamina C (mg)	0,1	Vitamina C (mg)	84,4	Vitamina C (mg)	0

Este cardápio é destinado para escolas que executam o Programa Mais Educação e está disponibilizado no site:
<http://www.sib.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.

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

Rebeca V. D. Braut
Nutricionista ORN 8 - 699
Sect. Municipal de Educação