



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

**ABRIL 2018**

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
MANHÃ E TARDE	SUCO DE MARACUJÁ PÃO DE AVEIA COM MANTEIGA MAÇÃ	ACHOCOLATADO FRIO BOLO DE CENOURA	MADALENA SALADA DE REPOLHO ROXO MAMÃO PICADO	SUCO DE LARANJA PÃO INTEGRAL COM DOCE DE BANANA	BATIDA COM POLPA DE UVA BISCOITO SALGADO INTEGRAL BANANA
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	09/04/18	10/04/18	11/04/18	12/04/18	13/04/18
MANHÃ E TARDE	SAGU DE UVA FRIO CREME DE LEITE CAQUI	SUCO DE LIMÃO PÃO DE BATATA COM REQUEIJÃO	CHÁ MATE FRIO CHINEQUE INTEGRAL DE BANANA	RISOTO DE ARROZ INTEGRAL COM FRANGO E MILHO SALADA DE BETERRABA COZIDA KIWI	BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO BISCOITO INTEGRAL DE CHOCOLATE PÊRA
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	16/04/18	17/04/18	18/04/18	19/04/18	20/04/18
MANHÃ E TARDE	SUCO DE LARANJA PÃO DE CENTEIO COM PEITO DE PERU PÊRA	VITAMINA DE MAÇÃ COOKIES DE AVEIA CAQUI	MACARRÃO PARAFUSO COLORIDO CARNE PICADA E ERVILHA SALADA DE ALFACE MAÇÃ	LEITE COM AROMA DE BAUNILHA FRIO NEGA MALUCA	SUCO DE MARACUJÁ CACHORRO QUENTE COM PÃO DE AVEIA
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	23/04/18	24/04/18	25/04/18	26/04/18	27/04/18
MANHÃ E TARDE	LEITE SUCRILHOS PÊRA	SUCO DE LIMÃO PÃO DE QUEIJO	LEITE COM AROMA DE CÓCO BOLO FORMIGUEIRO	POLENTA MOLHO DE FRANGO E LEGUMES SALADA DE RÚCULA KIWI	SALADA DE FRUTAS BISCOITO DE BANANA COM CEREAIS

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.sip.pr.gov.br/secretarias/secretaria-educacao/alimentacao-escolar/>

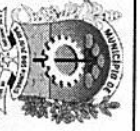
Os cardápios poderão, eventualmente, sofrer alteração desde que autorizada previamente por nutricionista da Secretaria Municipal de Educação.

Ligar para a Divisão de Merenda Escolar no ramal 3381-6650 / 6982 para informações ou considerações.

  
**Maria B. Machado**  
NUTRICIONISTA  
RESPONSÁVEL TÉCNICO

  
NUTRICIONISTA

**Rebeca V. D. Braun**  
Nutricionista CRN 8 - 6999  
Sec. Mun. de Educação  
Matrícula 019189



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

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
02/04/18		03/04/18		04/04/18		05/04/18		06/04/18	
Energia (kcal)	418,4	Energia (kcal)	505,6	Energia (kcal)	397	Energia (kcal)	324,1	Energia (kcal)	382,9
Proteína (g)	6,8	Proteína (g)	13,6	Proteína (g)	17,8	Proteína (g)	8	Proteína (g)	11,4
Lípidios (g)	21,3	Lípidios (g)	14,8	Lípidios (g)	9,9	Lípidios (g)	3,6	Lípidios (g)	12,2
Carboidratos (g)	51,3	Carboidratos (g)	81,7	Carboidratos (g)	61,1	Carboidratos (g)	66,8	Carboidratos (g)	54,3
Fibra Alimentar (g)	1,9	Fibra Alimentar (g)	2,8	Fibra Alimentar (g)	6,4	Fibra Alimentar (g)	7,3	Fibra Alimentar (g)	1,6
Cálcio (mg)	58,6	Cálcio (mg)	274,6	Cálcio (mg)	182	Cálcio (mg)	43	Cálcio (mg)	231,8
Magnésio (mg)	32,8	Magnésio (mg)	37,8	Magnésio (mg)	53,8	Magnésio (mg)	19,5	Magnésio (mg)	20,1
Ferro (mg)	1	Ferro (mg)	0,7	Ferro (mg)	1,6	Ferro (mg)	0,5	Ferro (mg)	0,1
Zinco (mg)	0,9	Zinco (mg)	1,2	Zinco (mg)	1,8	Zinco (mg)	0,5	Zinco (mg)	0,7
Retinol (mcg)	223,1	Retinol (mcg)	171,8	Retinol (mcg)	75,6	Retinol (mcg)	27,5	Retinol (mcg)	93,9
Vitamina C (mg)	6	Vitamina C (mg)	1	Vitamina C (mg)	114	Vitamina C (mg)	56,4	Vitamina C (mg)	0
<b>09/04/18</b>		<b>10/04/18</b>		<b>11/04/18</b>		<b>12/04/18</b>		<b>13/04/18</b>	
Energia (kcal)	324,4	Energia (kcal)	279,2	Energia (kcal)	247,6	Energia (kcal)	237,1	Energia (kcal)	455,3
Proteína (g)	1,2	Proteína (g)	7	Proteína (g)	3,8	Proteína (g)	13,8	Proteína (g)	8,9
Lípidios (g)	11,4	Lípidios (g)	6,4	Lípidios (g)	3,9	Lípidios (g)	3,9	Lípidios (g)	11,4
Carboidratos (g)	57,8	Carboidratos (g)	51,2	Carboidratos (g)	49,6	Carboidratos (g)	36,6	Carboidratos (g)	81,1
Fibra Alimentar (g)	6,5	Fibra Alimentar (g)	0,6	Fibra Alimentar (g)	1,6	Fibra Alimentar (g)	4,3	Fibra Alimentar (g)	1,7
Cálcio (mg)	64	Cálcio (mg)	103,4	Cálcio (mg)	40,4	Cálcio (mg)	17,6	Cálcio (mg)	162
Magnésio (mg)	14,6	Magnésio (mg)	8,2	Magnésio (mg)	10	Magnésio (mg)	70,2	Magnésio (mg)	0
Ferro (mg)	0,4	Ferro (mg)	0,7	Ferro (mg)	0,3	Ferro (mg)	0,9	Ferro (mg)	0
Zinco (mg)	0,4	Zinco (mg)	0,4	Zinco (mg)	0,4	Zinco (mg)	1,2	Zinco (mg)	0
Retinol (mcg)	64	Retinol (mcg)	90,8	Retinol (mcg)	39,8	Retinol (mcg)	0,9	Retinol (mcg)	231
Vitamina C (mg)	34	Vitamina C (mg)	23,6	Vitamina C (mg)	2	Vitamina C (mg)	3,3	Vitamina C (mg)	13
<b>16/04/18</b>		<b>17/04/18</b>		<b>18/04/18</b>		<b>19/04/18</b>		<b>20/04/18</b>	
Energia (kcal)	330,7	Energia (kcal)	482,3	Energia (kcal)	240,5	Energia (kcal)	508,9	Energia (kcal)	422
Proteína (g)	11,4	Proteína (g)	7,2	Proteína (g)	14,7	Proteína (g)	15,4	Proteína (g)	15,1
Lípidios (g)	3,7	Lípidios (g)	7,1	Lípidios (g)	5,3	Lípidios (g)	10,4	Lípidios (g)	19
Carboidratos (g)	63,1	Carboidratos (g)	50,6	Carboidratos (g)	34,9	Carboidratos (g)	89,5	Carboidratos (g)	48,6
Fibra Alimentar (g)	2	Fibra Alimentar (g)	7,3	Fibra Alimentar (g)	4,4	Fibra Alimentar (g)	1,1	Fibra Alimentar (g)	4
Cálcio (mg)	57,3	Cálcio (mg)	251,1	Cálcio (mg)	25	Cálcio (mg)	409,3	Cálcio (mg)	104,1
Magnésio (mg)	21,1	Magnésio (mg)	30,3	Magnésio (mg)	25,4	Magnésio (mg)	50,2	Magnésio (mg)	42,6
Ferro (mg)	1,7	Ferro (mg)	0,3	Ferro (mg)	1,4	Ferro (mg)	0,9	Ferro (mg)	3,6
Zinco (mg)	0,6	Zinco (mg)	0,9	Zinco (mg)	2,5	Zinco (mg)	1,6	Zinco (mg)	1
Retinol (mcg)	63,9	Retinol (mcg)	93,9	Retinol (mcg)	1	Retinol (mcg)	157,5	Retinol (mcg)	0
Vitamina C (mg)	95	Vitamina C (mg)	31	Vitamina C (mg)	10,1	Vitamina C (mg)	0,1	Vitamina C (mg)	8,5
<b>23/04/18</b>		<b>24/04/18</b>		<b>25/04/18</b>		<b>26/04/18</b>		<b>27/04/18</b>	
Energia (kcal)	301,5	Energia (kcal)	343,4	Energia (kcal)	544,5	Energia (kcal)	254,1	Energia (kcal)	317,1
Proteína (g)	8,5	Proteína (g)	3,7	Proteína (g)	14,4	Proteína (g)	18,1	Proteína (g)	1,6
Lípidios (g)	6,4	Lípidios (g)	12,7	Lípidios (g)	13	Lípidios (g)	4,8	Lípidios (g)	0,1
Carboidratos (g)	53,3	Carboidratos (g)	56,1	Carboidratos (g)	94,6	Carboidratos (g)	34,7	Carboidratos (g)	40,5
Fibra Alimentar (g)	1,1	Fibra Alimentar (g)	1,5	Fibra Alimentar (g)	0,9	Fibra Alimentar (g)	1,8	Fibra Alimentar (g)	2,4
Cálcio (mg)	28	Cálcio (mg)	105,3	Cálcio (mg)	249,2	Cálcio (mg)	69,7	Cálcio (mg)	25,5
Magnésio (mg)	4	Magnésio (mg)	11,5	Magnésio (mg)	33,1	Magnésio (mg)	33,7	Magnésio (mg)	28,2
Ferro (mg)	2	Ferro (mg)	0,4	Ferro (mg)	0,6	Ferro (mg)	1,5	Ferro (mg)	0,4
Zinco (mg)	4,3	Zinco (mg)	0,5	Zinco (mg)	1	Zinco (mg)	0,6	Zinco (mg)	0,2
Retinol (mcg)	0	Retinol (mcg)	43,2	Retinol (mcg)	107,6	Retinol (mcg)	15,4	Retinol (mcg)	0
Vitamina C (mg)	7,3	Vitamina C (mg)	19,1	Vitamina C (mg)	0	Vitamina C (mg)	25,5	Vitamina C (mg)	59

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.

Rebeca V. D. Braun  
Nutricionista CRN 8-6999  
Sec. Municipal de Educação  
Município de São José dos Pinhais