



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

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
MANHÃ E TARDE	CHÁ DE CIDREIRA COM LIMÃO FRIO COOKIES	SUCO DE LIMÃO PÃO DE CENTEIO COM QUEIJO	BERBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS BISCOITO MARIA	VITAMINA DE BANANA BICOITO SALGADO INTEGRAL	SUCO DE LARANJA PÃO DE AVEIA COM DOCE
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 09/04/18	TERÇA-FEIRA 10/04/18	QUARTA-FEIRA 11/04/18	QUINTA-FEIRA 12/04/18	SEXTA-FEIRA 13/04/18
MANHÃ E TARDE	AÇOCOLATADO PÃO FATIADO INTEGRAL COM MANTEIGA	VITAMINA DE BANANA COM MAÇÃ BISCOITO DE AVEIA	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO DE POLVILHO	CHÁ MATE CHINEQUE INTEGRAL DE UVA	SUCO DE MARACUJÁ TORTA DE FUBÁ COM LEGUMES
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 16/04/18	TERÇA-FEIRA 17/04/18	QUARTA-FEIRA 18/04/18	QUINTA-FEIRA 19/04/18	SEXTA-FEIRA 20/04/18
MANHÃ E TARDE	VITAMINA DE MAMÃO BISCOITO ROSCA DE CHOCOLATE	SUCO DE LARANJA PÃO DE CENTEIO COM REQUEIJO	CAFÉ COM LEITE PÃO DE AVEIA COM DOCE DE BANANA	SUCO DE LIMÃO PÃO NUTRITIVO COM MANTEIGA	CHÁ DE PÊSSEGO BISCOITO DE NATA
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 23/04/18	TERÇA-FEIRA 24/04/18	QUARTA-FEIRA 25/04/18	QUINTA-FEIRA 26/04/18	SEXTA-FEIRA 27/04/18
MANHÃ E TARDE	SUCO DE LARANJA PÃO INTEGRAL COM PRESUNTO	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA BISCOITO DE LEITE	CHÁ MATE BISCOITO DE POLVILHO	CAPUCINO CHINEQUE INTEGRAL DE BANANA	SUCO DE MARACUJÁ PÃO FATIADO INTEGRAL COM MANTEIGA

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.



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

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)	247,1	Energia (kcal)	349,9	Energia (kcal)	342,8	Energia (kcal)	385,7	Energia (kcal)	357,9
Proteína (g)	0,1	Proteína (g)	11,1	Proteína (g)	4,6	Proteína (g)	12,1	Proteína (g)	7,6
Lípidios (g)	0	Lípidios (g)	9	Lípidios (g)	5	Lípidios (g)	12,2	Lípidios (g)	4,5
Carboidratos (g)	17	Carboidratos (g)	58,8	Carboidratos (g)	56,8	Carboidratos (g)	60	Carboidratos (g)	72,3
Fibra Alimentar (g)	0,1	Fibra Alimentar (g)	2,6	Fibra Alimentar (g)	0	Fibra Alimentar (g)	2,6	Fibra Alimentar (g)	3,7
Cálcio (mg)	5,7	Cálcio (mg)	263,2	Cálcio (mg)	162	Cálcio (mg)	233,4	Cálcio (mg)	77,3
Magnésio (mg)	1,2	Magnésio (mg)	32,3	Magnésio (mg)	0	Magnésio (mg)	34,1	Magnésio (mg)	33,2
Ferro (mg)	0	Ferro (mg)	0,9	Ferro (mg)	0	Ferro (mg)	0,3	Ferro (mg)	0,8
Zinco (mg)	0	Zinco (mg)	1,6	Zinco (mg)	0	Zinco (mg)	0,8	Zinco (mg)	0,8
Retinol (mcg)	0	Retinol (mcg)	51,1	Retinol (mcg)	231	Retinol (mcg)	93,9	Retinol (mcg)	38,3
Vitamina C (mg)	3,8	Vitamina C (mg)	19,1	Vitamina C (mg)	13	Vitamina C (mg)	3	Vitamina C (mg)	56,5
09/04/18		10/04/18		11/04/18		12/04/18		13/04/18	
Energia (kcal)	488,5	Energia (kcal)	378,5	Energia (kcal)	199,1	Energia (kcal)	190,9	Energia (kcal)	187,9
Proteína (g)	13,5	Proteína (g)	7,1	Proteína (g)	0,6	Proteína (g)	4,4	Proteína (g)	5,4
Lípidios (g)	26,8	Lípidios (g)	7	Lípidios (g)	0,6	Lípidios (g)	4,1	Lípidios (g)	3,8
Carboidratos (g)	50,7	Carboidratos (g)	32,3	Carboidratos (g)	13,6	Carboidratos (g)	35	Carboidratos (g)	34,6
Fibra Alimentar (g)	5,8	Fibra Alimentar (g)	0,8	Fibra Alimentar (g)	0,3	Fibra Alimentar (g)	2,2	Fibra Alimentar (g)	2
Cálcio (mg)	245,1	Cálcio (mg)	233,2	Cálcio (mg)	1,9	Cálcio (mg)	79,7	Cálcio (mg)	2
Magnésio (mg)	29,9	Magnésio (mg)	28,9	Magnésio (mg)	8,5	Magnésio (mg)	3,8	Magnésio (mg)	30
Ferro (mg)	0,5	Ferro (mg)	0,3	Ferro (mg)	0,2	Ferro (mg)	0,1	Ferro (mg)	0,7
Zinco (mg)	1	Zinco (mg)	0,8	Zinco (mg)	0,1	Zinco (mg)	0,2	Zinco (mg)	0,6
Retinol (mcg)	302,5	Retinol (mcg)	93,9	Retinol (mcg)	0	Retinol (mcg)	39,8	Retinol (mcg)	23,2
Vitamina C (mg)	0	Vitamina C (mg)	2,3	Vitamina C (mg)	5,9	Vitamina C (mg)	0	Vitamina C (mg)	13,9
16/04/18		17/04/18		18/04/18		19/04/18		20/04/18	
Energia (kcal)	375,7	Energia (kcal)	329,4	Energia (kcal)	475,3	Energia (kcal)	394	Energia (kcal)	223,5
Proteína (g)	9,9	Proteína (g)	8,4	Proteína (g)	14,1	Proteína (g)	6,5	Proteína (g)	0,1
Lípidios (g)	13	Lípidios (g)	8,6	Lípidios (g)	12,1	Lípidios (g)	20,8	Lípidios (g)	0
Carboidratos (g)	55,8	Carboidratos (g)	55,8	Carboidratos (g)	77,6	Carboidratos (g)	48,4	Carboidratos (g)	16,3
Fibra Alimentar (g)	0,5	Fibra Alimentar (g)	2,8	Fibra Alimentar (g)	6	Fibra Alimentar (g)	3,8	Fibra Alimentar (g)	0,1
Cálcio (mg)	241,8	Cálcio (mg)	105,5	Cálcio (mg)	293,1	Cálcio (mg)	32,9	Cálcio (mg)	0,8
Magnésio (mg)	30	Magnésio (mg)	33,2	Magnésio (mg)	54,1	Magnésio (mg)	13,9	Magnésio (mg)	0,4
Ferro (mg)	0,8	Ferro (mg)	0,9	Ferro (mg)	1,4	Ferro (mg)	0,5	Ferro (mg)	0
Zinco (mg)	0,7	Zinco (mg)	1,1	Zinco (mg)	1,5	Zinco (mg)	0,5	Zinco (mg)	0
Retinol (mcg)	93,9	Retinol (mcg)	72,6	Retinol (mcg)	132,2	Retinol (mcg)	184,8	Retinol (mcg)	0
Vitamina C (mg)	37	Vitamina C (mg)	53,7	Vitamina C (mg)	2,8	Vitamina C (mg)	19,1	Vitamina C (mg)	0,1
23/04/18		24/04/18		25/04/18		26/04/18		27/04/18	
Energia (kcal)	278,8	Energia (kcal)	446,5	Energia (kcal)	202	Energia (kcal)	425,7	Energia (kcal)	379
Proteína (g)	11,1	Proteína (g)	12,4	Proteína (g)	0	Proteína (g)	11,4	Proteína (g)	6,9
Lípidios (g)	4,1	Lípidios (g)	14,2	Lípidios (g)	0	Lípidios (g)	11,5	Lípidios (g)	20,1
Carboidratos (g)	51,3	Carboidratos (g)	69,8	Carboidratos (g)	15,9	Carboidratos (g)	70,3	Carboidratos (g)	45,2
Fibra Alimentar (g)	5,9	Fibra Alimentar (g)	3,1	Fibra Alimentar (g)	0	Fibra Alimentar (g)	4,5	Fibra Alimentar (g)	5,4
Cálcio (mg)	48,7	Cálcio (mg)	240,7	Cálcio (mg)	0,7	Cálcio (mg)	279,3	Cálcio (mg)	15,4
Magnésio (mg)	24	Magnésio (mg)	45	Magnésio (mg)	0,2	Magnésio (mg)	42,5	Magnésio (mg)	18,3
Ferro (mg)	0,7	Ferro (mg)	0,8	Ferro (mg)	0	Ferro (mg)	0,9	Ferro (mg)	0,6
Zinco (mg)	0,8	Zinco (mg)	1	Zinco (mg)	0	Zinco (mg)	1,2	Zinco (mg)	0,5
Retinol (mcg)	27,5	Retinol (mcg)	93,9	Retinol (mcg)	0	Retinol (mcg)	133,6	Retinol (mcg)	208,7
Vitamina C (mg)	53,7	Vitamina C (mg)	10,9	Vitamina C (mg)	0	Vitamina C (mg)	4,4	Vitamina C (mg)	5,9

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 W. D. Braun
Nutricionista - CRN 8 - 699
Secr. Mup. de Educação
Matrícula 019169