



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

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
MANHÃ E TARDE	SUCO DE LARANJA PÃO FATIADO INTEGRAL COM MANTEIGA	IOGURTE DE CÔCO COOKIES CAQUI	ARROZ INTEGRAL, CARNE PICADINHA COM ALPIM E CENOURA SALADA DE REPOLHO BANANA	CAFÉ COM LEITE CHINEQUE INTEGRAL DE UVA	CHÁ MATE PÃO DE CENTEIO COM QUEIJO PONKAN
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 09/07/18	TERÇA-FEIRA 10/07/18	QUARTA-FEIRA 11/07/18	QUINTA-FEIRA 12/07/18	SEXTA-FEIRA 13/07/18
MANHÃ E TARDE	ACHOCOLATADO BISCOITO DE BANANA COM CEREAIS	SOPA DE LEGUMES, MACARRÃO E CARNE LARANJA	CHÁ DE CAPIM CIDREIRA BOLO DE CENOURA COM CHOCOLATE PONKAN	SUCO DE LIMÃO CACHORRO QUENTE COM PÃO DE AVEIA	CONSELHO DE CLASSE
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 16/07/18	TERÇA-FEIRA 17/07/18	QUARTA-FEIRA 18/07/18	QUINTA-FEIRA 19/07/18	SEXTA-FEIRA 20/07/18
MANHÃ E TARDE	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 23/07/18	TERÇA-FEIRA 24/07/18	QUARTA-FEIRA 25/07/18	QUINTA-FEIRA 26/07/18	SEXTA-FEIRA 27/07/18
MANHÃ E TARDE	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 30/07/18	TERÇA-FEIRA 31/07/18	QUARTA-FEIRA 01/08/18	QUINTA-FEIRA 02/08/18	SEXTA-FEIRA 03/08/18
MANHÃ E TARDE	REUNIÃO PEDAGÓGICA	LEITE SUCRILHOS BANANA	SOPA MINISTRAL CAQUI	CHÁ DE CAPIM CIDREIRA COM LIMÃO BOLO DE FUBÁ COM CÔCO PONKAN	SUCO DE MARACUJÁ MISTRO FRIO (PÃO FATIADO INTEGRAL, QUEIJO E PRESUNTO)

Os cardápios são definidos por meio de preceitos básicos da nutrição, das normatizações e objetivos estabelecidos pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). 6 a 10 anos.

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.

Rebeca V. D. Braun
Nutricionista CRN 8 - 6990
Secretária Municipal de Educação
Município de São José dos Pinhais

Rebeca V. D. Braun
Nutricionista CRN 8 - 6990
Secretária Municipal de Educação
Município de São José dos Pinhais



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS PINHAIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE - 6 A 10 ANOS
CARDÁPIO DO LANCHE RURAL
JULHO - INFORMACÃO NUTRICIONAL

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
02/07/18		03/07/18		04/07/18		05/07/18		06/07/18	
Energia (kcal)	323	Energia (kcal)	475,9	Energia (kcal)	365,4	Energia (kcal)	321,9	Energia (kcal)	351,7
Proteína (g)	7,3	Proteína (g)	6,6	Proteína (g)	17,8	Proteína (g)	11,8	Proteína (g)	10,2
Lípidios (g)	11,4	Lípidios (g)	6,3	Lípidios (g)	5,5	Lípidios (g)	11,8	Lípidios (g)	7,8
Carboidratos (g)	50,4	Carboidratos (g)	55,4	Carboidratos (g)	61,8	Carboidratos (g)	43,2	Carboidratos (g)	61,6
Fibra Alimentar (g)	5,9	Fibra Alimentar (g)	5,9	Fibra Alimentar (g)	4,9	Fibra Alimentar (g)	5,2	Fibra Alimentar (g)	2,8
Calcio (mg)	35	Calcio (mg)	218,2	Calcio (mg)	30,6	Calcio (mg)	274,3	Calcio (mg)	205,7
Magnésio (mg)	18,8	Magnésio (mg)	8,1	Magnésio (mg)	96	Magnésio (mg)	33,6	Magnésio (mg)	33,3
Ferro (mg)	0,5	Ferro (mg)	0,1	Ferro (mg)	1,9	Ferro (mg)	0,7	Ferro (mg)	0,9
Zinco (mg)	0,4	Zinco (mg)	0,2	Zinco (mg)	3,6	Zinco (mg)	1	Zinco (mg)	1,3
Retinol (mcg)	116,3	Retinol (mcg)	0	Retinol (mcg)	3	Retinol (mcg)	133,6	Retinol (mcg)	45,7
Vitamina C (mg)	53,7	Vitamina C (mg)	26,6	Vitamina C (mg)	19,5	Vitamina C (mg)	0	Vitamina C (mg)	43,9
09/07/18		10/07/18		11/07/18		12/07/18		13/07/18	
Energia (kcal)	328,7	Energia (kcal)	208,9	Energia (kcal)	433,1	Energia (kcal)	440,8		
Proteína (g)	7,2	Proteína (g)	14,3	Proteína (g)	7,2	Proteína (g)	15		
Lípidios (g)	7,3	Lípidios (g)	4,8	Lípidios (g)	7,6	Lípidios (g)	18,4		
Carboidratos (g)	19,2	Carboidratos (g)	27,4	Carboidratos (g)	87,1	Carboidratos (g)	56,5		
Fibra Alimentar (g)	0,7	Fibra Alimentar (g)	1,7	Fibra Alimentar (g)	2,9	Fibra Alimentar (g)	4,2		
Calcio (mg)	231,6	Calcio (mg)	33,6	Calcio (mg)	55,3	Calcio (mg)	128,3		
Magnésio (mg)	20,1	Magnésio (mg)	22,6	Magnésio (mg)	25,1	Magnésio (mg)	39,2		
Ferro (mg)	0,1	Ferro (mg)	1,3	Ferro (mg)	0,7	Ferro (mg)	3,5		
Zinco (mg)	0,7	Zinco (mg)	2,6	Zinco (mg)	0,5	Zinco (mg)	1		
Retinol (mcg)	93,9	Retinol (mcg)	1	Retinol (mcg)	77,9	Retinol (mcg)	0		
Vitamina C (mg)	0	Vitamina C (mg)	66,5	Vitamina C (mg)	44,9	Vitamina C (mg)	21,6		
16/07/18		17/07/18		18/07/18		19/07/18		20/07/18	
FÉRIAS		FÉRIAS		FÉRIAS		FÉRIAS		FÉRIAS	
23/07/18		24/07/18		25/07/18		26/07/18		27/07/18	
FÉRIAS		FÉRIAS		FÉRIAS		FÉRIAS		FÉRIAS	
30/07/18		31/07/18		01/08/18		02/08/18		03/08/18	
Energia (kcal)		Energia (kcal)	355,3	Energia (kcal)	289,4	Energia (kcal)	494,7	Energia (kcal)	291,6
Proteína (g)		Proteína (g)	8,2	Proteína (g)	17,4	Proteína (g)	9	Proteína (g)	14,6
Lípidios (g)		Lípidios (g)	4,9	Lípidios (g)	4	Lípidios (g)	13,3	Lípidios (g)	9,5
Carboidratos (g)		Carboidratos (g)	72,3	Carboidratos (g)	47,8	Carboidratos (g)	88,4	Carboidratos (g)	39,9
Fibra Alimentar (g)		Fibra Alimentar (g)	2,8	Fibra Alimentar (g)	11	Fibra Alimentar (g)	2,3	Fibra Alimentar (g)	3,8
Calcio (mg)		Calcio (mg)	30,7	Calcio (mg)	43,5	Calcio (mg)	50,9	Calcio (mg)	292,4
Magnésio (mg)		Magnésio (mg)	29,2	Magnésio (mg)	54,2	Magnésio (mg)	24,7	Magnésio (mg)	49
Ferro (mg)		Ferro (mg)	2,2	Ferro (mg)	2,4	Ferro (mg)	0,7	Ferro (mg)	2
Zinco (mg)		Zinco (mg)	4,4	Zinco (mg)	3,2	Zinco (mg)	0,5	Zinco (mg)	2,2
Retinol (mcg)		Retinol (mcg)	0	Retinol (mcg)	1	Retinol (mcg)	71,6	Retinol (mcg)	27,3
Vitamina C (mg)		Vitamina C (mg)	12,6	Vitamina C (mg)	35,3	Vitamina C (mg)	47,7	Vitamina C (mg)	5,9

REUNIÃO PEDAGÓGICA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

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.

Rebecca V. D. Braun
Nutricionista CRN 9 - 5999
Secretaria Municipal de Educação
Matrícula 019199