



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

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
MANHÃ E TARDE	SUCO DE UVA BISCOITO DE AVEIA	VITAMINA DE ABACATE BISCOITO DE POLVILHO	CHÁ DE CAPIM CIDREIRA PÃO INTEGRAL COM GELEIA DE UVA	SUCO DE LIMÃO PÃO DE CENTEIO COM MANTEIGA	SUCO DE LARANJA BISCOITO DE CÔCO
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 13/08/18	TERÇA-FEIRA 14/08/18	QUARTA-FEIRA 15/08/18	QUINTA-FEIRA 16/08/18	SEXTA-FEIRA 17/08/18
MANHÃ E TARDE	CHÁ DE CAMOMILA PÃO DE BATATA COM REQUEIJÃO	CAFÉ COM LEITE BISCOITO DE CHOCOLATE	SUCO DE LARANJA PÃO DE AVEIA COM PRESUNTO	SUCO DE MARACUJÁ PÃO DE CENTEIO COM DOCE DE BANANA	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA BISCOITO DE POLVILHO
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 20/08/18	TERÇA-FEIRA 21/08/18	QUARTA-FEIRA 22/08/18	QUINTA-FEIRA 23/08/18	SEXTA-FEIRA 24/08/18
MANHÃ E TARDE	CHÁ DE PÊSSEGO COOKIES	SUCO DE LIMÃO PÃO NUTRITIVO COM MANTEIGA	VITAMINA DE MAMÃO BISCOITO SEQUILHOS	SUCO DE LARANJA BISCOITO SALGADO INTEGRAL	CHÁ DE ERVA CIDREIRA PÃO FATIADO INTEGRAL COM DOCE DE MORANGO
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA 27/08/18	TERÇA-FEIRA 28/08/18	QUARTA-FEIRA 29/08/18	QUINTA-FEIRA 30/08/18	SEXTA-FEIRA 31/08/18
MANHÃ E TARDE	SUCO DE MARACUJÁ PÃO DE AVEIA COM REQUEIJÃO	ACHOCOLATADO BISCOITO DE NATA	SUCO DE LARANJA PÃO DE CENTEIO COM MANTEIGA	CHÁ DE CAPIM CIDREIRA CHINEQUE INTEGRAL DE UVA	SUCO DE ABACAXI BISCOITO DE POLVILHO

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 - contraturno, 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 CRP 18 - 5999
Secret. Mun. de Educação
Município 01919



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS PINHAIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE - 6 A 10 ANOS
CARDÁPIO DO CONTRA TURNO RURAL
AGOSTO - INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
06/08/18		07/08/18		08/08/18		09/08/18		10/08/18	
Energia (kcal)	275,9	Energia (kcal)	336,7	Energia (kcal)	311,5	Energia (kcal)	412,6	Energia (kcal)	247
Proteína (g)	0	Proteína (g)	7	Proteína (g)	6,5	Proteína (g)	5,5	Proteína (g)	0,9
Lípidios (g)	0	Lípidios (g)	9,5	Lípidios (g)	6,3	Lípidios (g)	19,2	Lípidios (g)	0,6
Carboidratos (g)	23,9	Carboidratos (g)	21,9	Carboidratos (g)	65,3	Carboidratos (g)	57,9	Carboidratos (g)	19,7
Fibra Alimentar (g)	0	Fibra Alimentar (g)	1,9	Fibra Alimentar (g)	5,1	Fibra Alimentar (g)	2,6	Fibra Alimentar (g)	0
Cálcio (mg)	0,6	Cálcio (mg)	234,2	Cálcio (mg)	21,2	Cálcio (mg)	46,3	Cálcio (mg)	27
Magnésio (mg)	0,2	Magnésio (mg)	24,6	Magnésio (mg)	10,6	Magnésio (mg)	28,5	Magnésio (mg)	0
Ferro (mg)	0	Ferro (mg)	0,2	Ferro (mg)	0,4	Ferro (mg)	0,9	Ferro (mg)	0,5
Zinco (mg)	0	Zinco (mg)	0,8	Zinco (mg)	0,4	Zinco (mg)	0,7	Zinco (mg)	0
Retinol (mcg)	0	Retinol (mcg)	93,9	Retinol (mcg)	27,5	Retinol (mcg)	208,7	Retinol (mcg)	30
Vitamina C (mg)	0	Vitamina C (mg)	2,6	Vitamina C (mg)	0	Vitamina C (mg)	19,1	Vitamina C (mg)	71,3
13/08/18		14/08/18		15/08/18		16/08/18		17/08/18	
Energia (kcal)	316,6	Energia (kcal)	353,1	Energia (kcal)	312,6	Energia (kcal)	349,1	Energia (kcal)	404,1
Proteína (g)	7	Proteína (g)	7,5	Proteína (g)	10,7	Proteína (g)	5,9	Proteína (g)	8,7
Lípidios (g)	8,4	Lípidios (g)	7,7	Lípidios (g)	5	Lípidios (g)	3	Lípidios (g)	7,9
Carboidratos (g)	53,4	Carboidratos (g)	24,1	Carboidratos (g)	56,9	Carboidratos (g)	75,2	Carboidratos (g)	41,8
Fibra Alimentar (g)	1,4	Fibra Alimentar (g)	3,1	Fibra Alimentar (g)	2,3	Fibra Alimentar (g)	3,9	Fibra Alimentar (g)	1,9
Cálcio (mg)	81,3	Cálcio (mg)	238,2	Cálcio (mg)	83,1	Cálcio (mg)	20,5	Cálcio (mg)	240,7
Magnésio (mg)	15,9	Magnésio (mg)	30	Magnésio (mg)	37,7	Magnésio (mg)	24,3	Magnésio (mg)	45
Ferro (mg)	0,4	Ferro (mg)	0,6	Ferro (mg)	1	Ferro (mg)	0,8	Ferro (mg)	0,8
Zinco (mg)	0,8	Zinco (mg)	0,7	Zinco (mg)	1,2	Zinco (mg)	0,7	Zinco (mg)	1
Retinol (mcg)	72,6	Retinol (mcg)	93,9	Retinol (mcg)	36,3	Retinol (mcg)	23,9	Retinol (mcg)	93,9
Vitamina C (mg)	0	Vitamina C (mg)	0	Vitamina C (mg)	53,8	Vitamina C (mg)	5,6	Vitamina C (mg)	10,9
20/08/18		21/08/18		22/08/18		23/08/18		24/08/18	
Energia (kcal)	245,5	Energia (kcal)	394	Energia (kcal)	333,7	Energia (kcal)	239,7	Energia (kcal)	306,6
Proteína (g)	0,1	Proteína (g)	6,5	Proteína (g)	6,9	Proteína (g)	5,8	Proteína (g)	6,3
Lípidios (g)	0	Lípidios (g)	20,8	Lípidios (g)	7	Lípidios (g)	5,3	Lípidios (g)	3
Carboidratos (g)	16,3	Carboidratos (g)	48,4	Carboidratos (g)	26,8	Carboidratos (g)	44,9	Carboidratos (g)	6,5
Fibra Alimentar (g)	0,1	Fibra Alimentar (g)	3,8	Fibra Alimentar (g)	0,5	Fibra Alimentar (g)	2,4	Fibra Alimentar (g)	5,1
Cálcio (mg)	0,8	Cálcio (mg)	32,9	Cálcio (mg)	241,8	Cálcio (mg)	22,4	Cálcio (mg)	12,3
Magnésio (mg)	0,4	Magnésio (mg)	13,9	Magnésio (mg)	30	Magnésio (mg)	9,1	Magnésio (mg)	9,8
Ferro (mg)	0	Ferro (mg)	0,5	Ferro (mg)	0,2	Ferro (mg)	0,1	Ferro (mg)	0,4
Zinco (mg)	0	Zinco (mg)	0,5	Zinco (mg)	0,7	Zinco (mg)	0,1	Zinco (mg)	0,3
Retinol (mcg)	0	Retinol (mcg)	184,8	Retinol (mcg)	93,9	Retinol (mcg)	0	Retinol (mcg)	23,9
Vitamina C (mg)	0,1	Vitamina C (mg)	19,1	Vitamina C (mg)	37	Vitamina C (mg)	53,7	Vitamina C (mg)	0
27/08/18		28/08/18		29/08/18		30/08/18		31/08/18	
Energia (kcal)	351,3	Energia (kcal)	326,7	Energia (kcal)	410,4	Energia (kcal)	190,8	Energia (kcal)	208,7
Proteína (g)	8,8	Proteína (g)	7,2	Proteína (g)	6,1	Proteína (g)	4,4	Proteína (g)	0
Lípidios (g)	10,1	Lípidios (g)	7,3	Lípidios (g)	19,2	Lípidios (g)	4,1	Lípidios (g)	0
Carboidratos (g)	56,9	Carboidratos (g)	19,2	Carboidratos (g)	55,2	Carboidratos (g)	3,5	Carboidratos (g)	15,9
Fibra Alimentar (g)	1,7	Fibra Alimentar (g)	0,7	Fibra Alimentar (g)	2,8	Fibra Alimentar (g)	2,2	Fibra Alimentar (g)	0
Cálcio (mg)	121,8	Cálcio (mg)	231,6	Cálcio (mg)	42,5	Cálcio (mg)	36,7	Cálcio (mg)	0,4
Magnésio (mg)	30,3	Magnésio (mg)	20,1	Magnésio (mg)	30,4	Magnésio (mg)	3,7	Magnésio (mg)	0,1
Ferro (mg)	0,9	Ferro (mg)	0,1	Ferro (mg)	0,9	Ferro (mg)	0,1	Ferro (mg)	0
Zinco (mg)	1,1	Zinco (mg)	0,7	Zinco (mg)	0,7	Zinco (mg)	0,2	Zinco (mg)	0
Retinol (mcg)	87,1	Retinol (mcg)	93,9	Retinol (mcg)	208,7	Retinol (mcg)	39,8	Retinol (mcg)	0
Vitamina C (mg)	2,3	Vitamina C (mg)	0	Vitamina C (mg)	53,7	Vitamina C (mg)	0	Vitamina C (mg)	0

Este cardápio é destinado para escolas que executam o Programa Mais Educação 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.

Rebeca V. D. Braun
Nutricionista CRN13 - 5999
Secr. Mu. de Educação
Fone: 3381-6650/6982