



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO – PAULO FRONTIN
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – INFANTIL IV E V

MODALIDADE DE ENSINO PARCIAL

ZONA URBANA/RURAL

FAIXA ETÁRIA (4-5 ANOS)

PERÍODO MATUTINO/VESPERTINO

Dieta Vegetariana Estrita

MARÇO 2022

3ª FEIRA
01/02

4ª FEIRA
02/03

5ª FEIRA
03/03

6ª FEIRA
04/03

LANCHE/

Horário

Matutino 10h
Vespertino 15h

-

-

AVEIA COZIDA NO LEITE
(PASTA DE AMENDOIM)
BISCOITO (SEM LEITE E OVOS)
MAÇÃ

ARROZ + PROTEÍNA VEGETAL
TEXTURIZADA -pvt (cozida e
refogada com tempero verde)

SALADA DE BETERRABA
REPOLHO
KIWI

Composição nutricional
(Média semanal)

Energia
(Kcal)

CHO
(g)

PTN
(g)

LPD
(g)

55% a 65% do VET

10% a 15% do VET

15% a 30% do VET

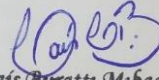
278 kcal

36 g

10 g

5 g

Obs.: Esse cardápio está sujeito à alterações por disponibilidade de itens, principalmente perecíveis (frutas e verduras).


Lais Duratti Mibach
NUTRICIONISTA
CRN 8 7826



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO – PAULO FRONTIN
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- INFANTIL IV E V

MODALIDADE DE ENSINO *PARCIAL*

ZONA *URBANA/RURAL*

FAIXA ETÁRIA (4-5 ANOS)

PERÍODO (*Matutino/Vespertino*)

Dieta Vegetariana Estrita

MARÇO 2022

| | 2ª FEIRA 07/03 | 3ª FEIRA 08/03 | 4ª FEIRA 09/03 | 5ª FEIRA 10/03 | 6ª FEIRA 11/03 |
|--|--|--|--|---|--|
| LANCHE/ Horário Matutino 10h Vespertino 15h | RISOTO DE LEGUMES SALADA DE ALFACE PEPINO MAÇÃ | LENTILHA COM LEGUMES (CENOURA, BRÓCOLIS, TOMATE, ABOBRINHA) BATATA SALTE CAQUI | LEITE (PASTA DE AMENDOIM) SABORIZADO (canela, raspas de laranja, cravo) BOLO VEGANO BANANA | FEIJÃO, ARROZ, FAROFA DE PVT COM ERVILHA VAGEM COZIDA KIWI | PATÊ DE ABACATE PÃO INTEGRAL LARANJA |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 275 kcal | 35 g | 14 g | 4 g |

Obs.: Esse cardápio está sujeito à alterações por disponibilidade de itens, principalmente perecíveis (frutas e verduras).


Lais Duratti Mibachi
NUTRICIONISTA
CRN 8 7826



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO – PAULO FRONTIN
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – INFANTIL IV E V

MODALIDADE DE ENSINO PARCIAL

ZONA URBANA/RURAL

FAIXA ETÁRIA (4-5 ANOS)

PERÍODO Matutino/Vespertino

Dieta Vegetariana Estrita

MARÇO 2022

| | 2ª FEIRA 14/03 | 3ª FEIRA 15/03 | 4ª FEIRA 16/03 | 5ª FEIRA 17/03 | 6ª FEIRA 18/03 |
|--|---|--|---|--|--|
| LANCHE/ Horário Matutino 10h Vespertino 15h | BATIDA DE MAÇÃ E AVEIA (leite de soja) BISCOITO SEM LEITE E OVOS | MACARRÃO SÊMOLA PVT COZIDA E REFOGADA CENOURA COZIDA ALFACE KIWI | TOFU (TOMATE, SALSINHA) PÃO INTEGRAL (fatia) BANANA | RISOTO DE LEGUMES VAGEM COZIDA ALFACE CAQUI | QUIRERINHA PVT EM MOLHO REPOLHO, BETERRABA |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 280 kcal | 37 g | 14 g | 7 g |

Obs.: Esse cardápio está sujeito à alterações por disponibilidade de itens, principalmente perecíveis (frutas e verduras).


Lais Buratti Mibach
NUTRICIONISTA
CRN 8 7826

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO – PAULO FRONTIN
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – INFANTIL IV E V

MODALIDADE DE ENSINO *PARCIAL*

ZONA *URBANA/RURAL*

FAIXA ETÁRIA (4-5 ANOS)

PERÍODO Matutino/Vespertino

Dieta Vegetariana Estrita

MARÇO 2022

| | 2ª FEIRA 21/03 | 3ª FEIRA 22/03 | 4ª FEIRA 23/03 | 5ª FEIRA 24/03 | 6ª FEIRA 25/03 |
|--|---|--|--|---|--|
| LANCHE/ Horário Matutino 10h Vespertino 15h | LENTILHA COM LEGUMES (CENOURA, BRÓCOLIS, TOMATE, ABOBRINHA) BATATA SALTE LARANJA | BATATA DOCE ASSADA + BOLINHO DE PROTEÍNA VEGETAL TEXTURIZADA KIWI | PÃO FATIADO INTEGRAL QUEIJO DE SOJA (COM SALSINHA, CEBOLINHA) LEITE SABORIZADO (CANELA, CRAVO, RASPA DE LARANJA) MAÇÃ | MACARRÃO GRAVATINHA + PVT (PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA) REFOGADA + TOMATE (ABAFADOS)+ MILHO SALADA DE REPOLHO E PEPINO CAQUI | POLENTA EM TIRAS COM PVT (PROTEÍNA VEGETAL TEXTURIZADA) EM MOLHO ALFACE, TOMATE |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 285 kcal | 39 g | 12 g | 9 g |

Obs.: Esse cardápio está sujeito à alterações por disponibilidade de itens, principalmente perecíveis (frutas e verduras).



Laís Duratti Mibach
NUTRICIONISTA
CRN 8 7826

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO – PAULO FRONTIN
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – INFANTIL IV E V

MODALIDADE DE ENSINO *PARCIAL*

ZONA *URBANA/RURAL*

FAIXA ETÁRIA (4-5 ANOS)

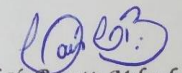
PERÍODO Matutino/Vespertino

Dieta Vegetariana Estrita

MARÇO 2022

| | 2ª FEIRA 28/03 | 3ª FEIRA 29/03 | 4ª FEIRA 30/03 | 5ª FEIRA 31/03 | 6ª FEIRA 01/04 |
|--|--|---|---|--|---|
| LANCHE/ Horário Matutino 10h Vespertino 15h | LEITE (PASTA DE AMENDOIM) COM CACAU EM PÓ BISCOITO SEM LEITE E OVOS KIWI | CANJIQUINHA COM PVT (PROTEÍNA VEGETAL TEXTURIZADA) SALADA DE ALFACE E TOMATE CAQUI | PATÊ DE ABACATE PÃO INTEGRAL MAÇÃ | CANJICA (LEITE PASTA DE AMENDOIM, COCO) BANANA | MACARRONADA DE MOLHO BOLONHESA DE PVT (PROTEÍNA VEGETAL TEXTURIZADA) SALADA DE REPOLHO E PEPINO |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 290 kcal | 41 g | 12 g | 8 g |

Obs.: Esse cardápio está sujeito à alterações por disponibilidade de itens, principalmente perecíveis (frutas e verduras).


Lais Beratti Mibach
 NUTRICIONISTA
 CRN 8 7826