



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



Cardápio de Novembro

NUTRICIONISTA: JAQUELINE DE OLIVEIRA
CRN 7434



CARDÁPIO CMEI ACIMA DE 12 MESES – 01 A 05 DE NOVEMBRO DE 2021

HORA	SEGUNDA (01)	TERÇA (02)	QUARTA (03)	QUINTA (04)	SEXTA (05)
8:00	Recesso	Feriado	Leite com cacau sem açúcar Bolacha	Chá Bolacha	Leite com cacau sem açúcar Fruta
11:00	Recesso	Feriado	Arroz Branco Feijão Cozido Omelete de forno Macarrão alho e óleo Salada/Legumes Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão ao sugo com salsami Salada/Legumes	Arroz Branco Feijão Cozido Tiras Bovinas Salteadas Batata cozida Salada
14:00	Recesso	Feriado	Chá Pão com manteiga	Leite com cacau sem açúcar Fruta	Chá Bolo de banana com aveia sem açúcar
16:00	Recesso	Feriado	Polenta cremosa com frango desfiado e legumes	Sopa de legumes com carne moída	Risoto de frango com legumes

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

Jaqueline de Oliveira

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos
Maternal (1 ano a 3 anos e 11 meses)	638,08kcal	75,19 g	23,01 g	28,19 g





CARDÁPIO CMEI ACIMA DE 12 MESES – 08 A 12 DE NOVEMBRO DE 2021

HORA	SEGUNDA (08)	TERÇA (09)	QUARTA (10)	QUINTA (11)	SEXTA (12)
8:00	Leite com cacau sem açúcar Bolacha	Chá Pão com requeijão caseiro	Leite com cacau sem açúcar Fruta	Chá Bolacha	Vitamina de Frutas Pão com requeijão caseiro
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovo Mexido Farofa de Legumes Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Carne moída com legumes Macarrão alho e óleo Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Escondidinho de frango Salada/Legumes	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo de porco acebolado Legumes salteados Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa assada Polenta cremosa Salada/Legumes
14:00	Chá Pão com Manteiga	Leite com cacau sem açúcar Fruta	Chá Bolacha	Leite com cacau sem açúcar Torta salgada	Chá Fruta
16:00	Polenta cremosa com carne moída	Risoto de frango com legumes	Escondidinho de carne moída	Risoto de frango desfiado	Sopa de feijão com legumes

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos
Maternal (1 ano a 3 anos e 11 meses)	690,67 kcal	83,68 g	28,82 g	29,98 g





CARDÁPIO CMEI ACIMA DE 12 MESES – 15 A 19 DE NOVEMBRO DE 2021

HORA	SEGUNDA (15)	TERÇA (16)	QUARTA (17)	QUINTA (18)	SEXTA (19)
8:00	Feriado	Leite com cacau sem açúcar Bolacha	Chá Pão com manteiga Fruta	Leite com cacau sem açúcar Bolacha	Chá Pão com manteiga
11:00	Feriado	Arroz Branco Feijão Cozido Omelete com legumes Macarrão ao sugo Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de frango ao sugo Farofa colorida Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Carne de panela Legumes refogados Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão ao sugo com salsami Salada/Legumes Fruta
14:00	Feriado	Chá Bolacha Fruta	Leite com cacau sem açúcar Pão com requeijão caseiro	Chá Fruta	Leite com cacau sem açúcar Bolo de banana com aveia sem açúcar
16:00	Feriado	Macarrão com frango desfiado e legumes	Sopa de legumes com ovos mexidos	Canja de galinha com legumes	Sopa de fubá com carne moída e legumes

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.



NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos
Maternal (1 ano a 3 anos e 11 meses)	689,97 kcal	96,56 g	28,74 g	29,78 g



CARDÁPIO CMEI ACIMA DE 12 MESES – 22 A 26 DE NOVEMBRO DE 2021

HORA	SEGUNDA (22)	TERÇA (23)	QUARTA (24)	QUINTA (25)	SEXTA (26)
8:00	Leite com cacau sem açúcar Pão com manteiga	Chá Bolacha	Leite com cacau sem açúcar Pão com requeijão caseiro	Chá Fruta	Leite com cacau sem açúcar Pão com manteiga
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Omelete de forno Farofa colorida Salada/Legumes	Arroz Branco Feijão Cozido Escondidinho de frango Salada/Legumes	Arroz Branco Feijão Cozido Carne moída ao sugo Legumes refogados Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa assada Batata salteadas Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Strogonoff bovino Macarrão alho e óleo Salada/Legumes
14:00	Chá Bolacha	Leite com cacau sem açúcar Fruta	Chá Bolacha	Leite com cacau sem açúcar Bolo de banana com aveia sem açúcar	Chá Torta salgada Fruta
16:00	Risoto de frango com legumes	Polenta cremosa com carne moída e legumes	Sopa de fubá com frango desfiado e legumes	Sopa de feijão com legumes	Sopa de legumes com ovos mexidos

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos
Maternal (1 ano a 3 anos e 11 meses)	708,59 kcal	78,77 g	28,90 g	32,10 g





CARDÁPIO CMEI ACIMA DE 12 MESES – 29 E 30 DE NOVEMBRO DE 2021

HORA	SEGUNDA (29)	TERÇA (30)	QUARTA	QUINTA	SEXTA
8:00	Chá Pão com manteiga	Leite com cacau sem açúcar Bolacha			
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovo mexido Macarrão alho e óleo Salada/Legumes	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de frango ao sugo Polenta cremosa Salada/Legumes			
14:00	Leite com cacau sem açúcar Bolacha	Chá Bolo de banana com aveia sem açúcar			
16:00	Sopa de legumes com frango	Polenta cremosa com carne moída e legumes			

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos
Maternal (1 ano a 3 anos e 11 meses)	684,73 kcal	67,07 g	29,79 g	32,56 g

