

www.apucarana.pr.gov.br



Cardápio de Julho 2022

FÉRIAS ESCOLARES



Nutricionista: Jaqueline de Oliveira CRN 7434





APUCARANA
Prefeitura da Cidade
F. Esperança o Frabalho

www.apucarana.pr.gov.br

CARDÁPIO CMEI / DE 06 A 12 MESES - 01 DE JULHO DE 2022

HORA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA (01)
8:00					Vitamina de Frutas * Pão com Manteiga
9:30					Mamadeira (Fórmula Infantil)
11:00					Papinha de: Arroz Cozido Feijão Cozido Lombo de Porco Acebolado e Desfiado Legumes Salteados Salada
14:00					Papinha de Frutas
16:00					Canja de Galinha com Legumes

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

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha. As papinhas salgadas devem ser ofertadas com os alimentos amassados e separados, deve ir evoluindo na consistência conforme aceitação da criança.

* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar .

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)									
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VIT A (mcg)	VIT C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	
De 06 a 12 meses	456	63,8	20,3	14,1	226	35,5	162	4,69	







APUCARANA
Prefeitura da Cidade
F. Esperança e Flabalhe

www.apucarana.pr.gov.br

CARDÁPIO CMEI / DE 06 A 12 MESES - 04 A 08 DE JULHO DE 2022

HORA	SEGUNDA (04)	TERÇA (05)	QUARTA (06)	QUINTA (07)	SEXTA (08) **
8:00	Chá de Erva-Doce* Pão com Manteiga	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila* Pão com Requeijão Caseiro Fruta	Leite com Cacau* Bolacha	Leite com Cacau* Cupcake
9:30	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
11:00	Papinha de: Arroz Cozido Feijão Cozido Ovo Cozido Farofa com Legumes Salada	Papinha de: Arroz Cozido Feijão Cozido Frango Desfiado Batatas Salteadas Legumes/Salada	Papinha de: Arroz Cozido Feijão Cozido Macarrão a Bolonhesa Legumes / Salada Fruta	Papinha de: Arroz Cozido Feijão Cozido Coxa de Frango ao Sugo e Desfiada Polenta ao Sugo Legumes / Salada	Papinha de: Arroz Cozido Feijão Cozido Bife de Panela Desfiado Macarrão Alho e Óleo Legumes / Salada
14:00	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas
16:00	Escondidinho de Carne Moída e Legumes	Sopa de Fubá com Carne Moída e Legumes	Sopa de Legumes com Ovo Mexido	Risoto de Carne Desfiada com Legumes	Sopa de Macarrão com Frango Desfiado e Legumes

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

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha. As papinhas salgadas devem ser ofertadas com os alimentos amassados e separados, deve ir evoluindo na consistência conforme aceitação da criança.

* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar.

** Cardápio do dia 08/07 com itens diferenciados para encerramento do 1º Semestre.

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)									
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VIT A (mcg)	VIT C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	
De 06 a 12 meses	447	66,4	18,2	13,5	288	37,2	201	4,68	







APUCARANA
Prefeitura da Cidade
F. Esperança e Flabalho

www.apucarana.pr.gov.br

CARDÁPIO CMEI / DE 06 A 12 MESES - 11 A 22 DE JULHO DE 2022

FÉRIAS ESCOLARES











APUCARANA
Prefeitura da Cidade
F. Esperança o Flabalho

www.apucarana.pr.gov.br

CARDÁPIO CMEI / DE 06 A 12 MESES - 25 A 29 DE JULHO DE 2022

HORA	SEGUNDA (25)	TERÇA (26)	QUARTA (27)	QUINTA (28)	SEXTA (29)
8:00	Leite com Cacau * Pão com Manteiga	Chá de Erva-Doce * Pão com Requeijão Caseiro	Vitamina de Frutas * Bolacha	Chá de Camomila * Pão com Manteiga Fruta	Leite com Cacau * Pão com Manteiga
9:30	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
11:00	Arroz Cozido Feijão Cozido Omelete de Forno Macarrão Alho e Óleo Legumes / Salada	Arroz Cozido Feijão Cozido Peito de Frango Grelhado com Cebola e Desfiado Farofa Colorida Legumes / Salada Fruta	Arroz Cozido Feijão Cozido Carne de Panela Desfiada com Batata Legumes / Salada	Arroz Cozido Feijão Cozido Lombo de Porco Grelhado com Cebola e Desfiado Legumes / Salada	Arroz Cozido Feijão Cozido Coxa de Frango Assada e Desfiada Polenta Cremosa Legumes / Salada
14:00	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas
16:00	Sopa de Legumes com Carne Moída	Sopa de Feijão com Carne Desfiada e Legumes	Macarrão com Frango Desfiado e Legumes	Sopa de Fubá com Ovo Mexido e Legumes	Sopa de Macarrão com Carne Moída e Legumes

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

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha. As papinhas salgadas devem ser ofertadas com os alimentos amassados e separados, deve ir evoluindo na consistência conforme aceitação da criança.

* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar.

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)									
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VIT A (mcg)	VIT C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	
De 06 a 12 meses	436	60,1	20,5	30,4	339	108	229,7	5,21	

