



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



Cardápio de Setembro 2022



Nutricionista: Jaqueline de Oliveira
CRN 7434



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO CMEI / ACIMA DE 12 MESES - 01 A 02 DE SETEMBRO DE 2022

HORA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA (01)	SEXTA (02)
8:00				Leite com Cacau* Pão com Manteiga	Leite com Cacau* Bolacha Fruta
11:00				Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Sugo Legumes Salteados Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Escondidinho de Batata com Carne Moída Legumes / Salada
14:00				Chá de Camomila* Bolo Caseiro de Aveia com Banana	Chá de Erva-Doce* Pão com Requeijão Caseiro
16:00				Sopa de Feijão com Carne Moída e Legumes	Canjiquinha com Carne Desfiada e Legumes

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

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



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)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VIT A (mcg)	VIT C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	727	90	31	26	190	10	212	4,91



CARDÁPIO CMEI / ACIMA DE 12 MESES - 05 A 09 DE SETEMBRO DE 2022

HORA	SEGUNDA (05)	TERÇA (06)	QUARTA (07)	QUINTA (08)	SEXTA (09)
8:00	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Erva-Doce* Pão com Manteiga	Feriado	Chá de Camomila* Bolacha	Vitamina de Frutas* Pão com Requeijão Caseiro
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Macarrão ao Sugo Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Strogonoff de Carne Batata Salteada Legumes/Salada	Feriado	Arroz Branco Feijão Cozido Ovo Cozido Farofa Colorida Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami ao Sugo Polenta Cremosa Legumes/Salada Fruta
14:00	Chá de Camomila* Pão com Requeijão Caseiro	Leite com Cacau* Bolacha Fruta	Feriado	Leite com Cacau* Bolacha Fruta	Chá de Erva-Doce * Torta Salgada de Legumes
16:00	Canja de Galinha com Legumes	Sopa de Feijão com Lombo de Porco Desf. e Legumes	Feriado	Sopa de Legumes com Carne Desfiada Mexido	Sopa de Macarrão com de Carne Moída de Legumes

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

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



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)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VIT A (mcg)	VIT C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	674	95	25	27	214	31	226	4,4



CARDÁPIO CMEI / ACIMA DE 12 MESES - 12 A 16 DE SETEMBRO DE 2022

HORA	SEGUNDA (12)	TERÇA (13)	QUARTA (14)	QUINTA (15)	SEXTA (16)
8:00	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Erva-Doce* Pão com Manteiga	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila * Pão com Requeijão Caseiro	Vitamina de Frutas* Bolacha
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Omelete de Forno Farofa com Legumes Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Almôndega Assada Macarrão ao Sugo Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Carne de Panela com Batatas Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão ao Sugo com Sassami Legumes / Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Bife de Panela Polenta Cremosa Legumes/Salada
14:00	Chá de Camomila* Pão com Requeijão Caseiro	Leite com Cacau* Bolacha Fruta	Chá de Camomila* Pão Com Manteiga Fruta	Leite com Cacau* Bolo Caseiro de Aveia	Chá de Erva-Doce * Pão com Manteiga Fruta
16:00	Polenta Cremosa com Frango Desfiado e Legumes	Sopa de Legumes com Carne Moída	Macarrão com Frango Desfiado e Legumes	Sopa de Legumes com Ovo Mexido	Risoto de Frango Desfiado com Legumes

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

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



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)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VIT A (mcg)	VIT C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	697	80	28	30	234	28	208	4,68



CARDÁPIO CMEI / ACIMA DE 12 MESES - 19 A 23 DE SETEMBRO DE 2022

HORA	SEGUNDA (19)	TERÇA (20)	QUARTA (21)	QUINTA (22)	SEXTA (23)
8:00	Chá de Camomila* Bolacha	Leite com Cacau* Pão com Requeijão Caseiro	Leite com Cacau* Bolacha	Vitamina de Frutas* Pão com Manteiga	Chá de Erva-Doce* Bolacha Fruta
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovo Cozido Macarrão Alho e Óleo Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Strogonoff de Frango Batata Salteada Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão a Bolonhesa Legumes / Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo de Porco Grelhado Farofa Colorida Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Sugo Polenta Cremosa Legumes / Salada
14:00	Leite com Cacau* Pão com Manteiga	Chá de Erva-Doce* Bolacha Fruta	Chá de Camomila* Torta de Legumes	Leite com Cacau* Bolacha Fruta	Leite com Cacau* Pão com Requeijão Caseiro
16:00	Canjiquinha com Carne de Porco Desfiada e Legumes	Sopa de Feijão com Carne Desfiada e Legumes	Escondidinho de Frango Desfiado / Legumes	Sopa de Fubá com Carne Moída e Legumes	Sopa de Legumes com Ovo Mexido

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

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



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)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VIT A (mcg)	VIT C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	719	82	32	29	208	17	228	5,07



CARDÁPIO CMEI / ACIMA DE 12 MESES - 26 A 30 DE SETEMBRO DE 2022

HORA	SEGUNDA (26)	TERÇA (27)	QUARTA (28)	QUINTA (29)	SEXTA (30)
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 Requeijão Caseiro
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Farofa Colorida Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Bife de Panela Polenta Cremosa Legumes / Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Assada com Batatas Legumes / Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Almôndega ao Sugo Legumes Salteados Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Peito de Frango Grelhado Macarrão ao Sugo Legumes / Salada
14:00	Chá de Camomila* Bolacha	Leite com Cacau* Bolacha	Leite com Cacau* Pão com Manteiga	Leite com Cacau* Bolo Caseiro de Aveia com Banana	Chá de Erva-Doce Bolacha Fruta
16:00	Sopa de Legumes com Carne Moída	Risoto de Frango Desfiado com Legumes	Macarrão a Bolonhesa e Legumes	Sopa de Fubá com Carne de Porco Desfiada e Legumes	Canjiquinha com Carne Moída e Legumes

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

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



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)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VIT A (mcg)	VIT C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
De 01 ano a 03 anos e 11 meses	701	76	30	30	192	22	228	5,04