



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



Cardápio de Setembro 2022



Nutricionista: Jaqueline de Oliveira
CRN 7434



CARDÁPIO CMEI / DE 06 A 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
9:30				Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
11:00				Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Desfiado ao Sugo Legumes Salteados Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Escondidinho de Batata com Carne Moída Legumes / Salada
14:00				Papinha de Frutas	Papinha de Frutas
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.

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.

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 06 a 12 meses	479	68	19	14	230	38	227	4,9



CARDÁPIO CMEI / DE 06 A 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
9:30	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Feriado	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Macarrão ao Sugo Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Carne Desfiada Batata Salteada Legumes/Salada	Feriado	Arroz Branco Feijão Cozido Ovo Cozido Farofa Colorida Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami Desfiado ao Sugo Polenta Cremosa Legumes/Salada
14:00	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Feriado	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas
16:00	Canja de Galinha com Legumes	Sopa de Feijão com Lombo de Porco Desf. e Legumes	Feriado	Sopa de Legumes com Carne Desfiada	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.

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.

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 06 a 12 meses	426	62	16	26	345	91	242	4,6



CARDÁPIO CMEI / DE 06 A 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
9:30	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Omelete de Forno Farofa com Legumes Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Almôndega Assada e Cortadinha Macarrão ao Sugo Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Carne de Panela Desfiada com Batata Cozida Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão ao Sugo com Sassami Legumes / Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Bife de Panela Desfiado Polenta Cremosa Legumes/Salada
14:00	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas
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.

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.

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 06 a 12 meses	458	70	17	13	311	47	221	4,5



Moradia Escolar de Apucarana



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO CMEI / DE 06 A 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
9:30	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovo Cozido Macarrão Alho e Óleo Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Frango Desfiado Batata Salteada Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão a Bolonhesa Legumes / Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo de Porco Grelhado e Desfiado Farofa Colorida Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Desfiada ao Sugo Polenta Cremosa Legumes / Salada
14:00	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas
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.

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.

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 06 a 12 meses	458	69	20	11	181	26	112	4,06



CARDÁPIO CMEI / DE 06 A 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
9:30	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)	Mamadeira (Fórmula Infantil)
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Farofa Colorida Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Bife de Panela Desfiado Polenta Cremosa Legumes / Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Assada e Desfiada com Batatas Legumes / Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Almôndega ao Sugo Cortadinha Legumes Salteados Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Peito de Frango Grelhado e Desfiado Macarrão ao Sugo 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	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.

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.

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 06 a 12 meses	428	61	20	12	236	37	192	4,6