

APUCARANA

Prefeitura da Cidade

F. Esperança e Trábalho

www.apucarana.pr.gov.br

Cardápio de Setembro 2022







APUCARANA
Prefeitura da Cidade
F. Esperança o Frabalho

www.apucarana.pr.gov.br

CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO INTEGRAL 01 A 02 DE SETEMBRO DE 2022

| HORA | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA (01) | SEXTA (02) |
|-------|---------|-------|--------|---|---|
| 8:00 | | | | Leite com Cacau Pão com Doce de Leite Caseiro | 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 Bolo Caseiro | Chá Pão com Requeijão Caseiro |





| Composição Nutricional do Cardápio (média da semana) | | | | | | |
|---|------|-----|----|----|--|--|
| Modalidade de Ensino / Faixa Etária Energia ou VET (Kcal) CHO (g) PTN (g) LIP (g) | | | | | | |
| Pré Escola I e II - 4 e 5 anos | 959 | 131 | 14 | 32 | | |
| Ensino Fundamental - 6 a 10 anos | 1028 | 144 | 15 | 33 | | |





APUCARANA
Prefeitura da Cidade
F. Esperança e Flabalhe

www.apucarana.pr.gov.br

CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO INTEGRAL 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 Pão com Manteiga | Feriado | Chá Bolacha | Vitamina de Frutas Pão com Doce de Leite 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 Pão com Requeijão Caseiro | Leite com Cacau Bolacha Fruta | Feriado | Leite com Cacau Bolacha Fruta | Chá Torta Salgada de Legumes |





| Composição Nutricional do Cardápio (média da semana) | | | | | | |
|--|-----------------------|---------|---------|---------|--|--|
| Modalidade de Ensino / Faixa | | | | | | |
| Etária | Energia ou VET (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) | | |
| Pré Escola I e II - 4 e 5 anos | 959 | 148 | 26 | 30 | | |
| Ensino Fundamental - 6 a 10 anos | 1016 | 158 | 27 | 31 | | |





APUCARANA
Prefeitura da Cidade
F. Esperança e Flabalhe

www.apucarana.pr.gov.br

CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO INTEGRAL 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 Pão com Manteiga | Leite com Cacau Bolacha | Chá 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 Pão com Margarina | Leite com Cacau Bolacha Fruta | Chá Pão Com Manteiga Fruta | Leite com Cacau Bolo Caseiro de Aveia | Chá Arroz Doce Fruta |





| Composição Nutricional do Cardápio (média da semana) | | | | | | |
|---|------|-----|----|----|--|--|
| Modalidade de Ensino / Faixa Etária Energia ou VET (Kcal) CHO (g) PTN (g) LIP (g) | | | | | | |
| Pré Escola I e II - 4 e 5 anos | 945 | 152 | 32 | 25 | | |
| Ensino Fundamental - 6 a 10 anos | 1004 | 162 | 33 | 26 | | |



www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO INTEGRAL 19 A 23 DE SETEMBRO DE 2022

| HORA | SEGUNDA (19) | TERÇA (20) | QUARTA (21) | QUINTA (22) | SEXTA (23) |
|-------|--|--|--|--|---|
| 8:00 | Chá Bolacha | Leite com Cacau Pão com Requeijão Caseiro | Leite com Cacau Bolacha | Vitamina de Frutas Pão com Doce de Leite Caseiro | Chá 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 Bolacha Fruta | Chá Torta de Legumes | Leite com Cacau Bolacha Fruta | Leite com Cacau Pão com Margarina |





| Composição Nutricional do Cardápio (média da semana) | | | | | | |
|--|------------------------|---------|---------|---------|--|--|
| Modalidade de Ensino / Faixa Etária Energia ou VET (Kcal) CHO (g) PTN (g) LIP (g) | | | | | | |
| Ltaria | Lifeigia ou VLT (Kcai) | CHO (g) | FIN (g) | LIF (g) | | |
| Pré Escola I e II - 4 e 5 anos | 974 | 147 | 31 | 30 | | |
| Ensino Fundamental - 6 a 10 | 1033 | 158 | 32 | 32 | | |
| anos | 1000 | 700 | 32 | J2 | | |





APUCARANA
Prefeitura da Cidade
Fre Esperança e Frabalho

www.apucarana.pr.gov.br

CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO INTEGRAL 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 Pão com Requeijão Caseiro | Vitamina de Frutas Bolacha | Chá Pão com Manteiga Fruta | Leite com Cacau Pão com Doce de Leite |
| 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 Bolacha | Leite com Cacau Bolacha | Leite com Cacau Pão com Margarina | Leite com Cacau Bolo Caseiro | Chá Arroz Doce Fruta |





| Composição Nutricional do Cardápio (média da semana) | | | | | | |
|---|------|-----|----|----|--|--|
| Modalidade de Ensino / Faixa Etária Energia ou VET (Kcal) CHO (g) PTN (g) LIP (g) | | | | | | |
| Pré Escola I e II - 4 e 5 anos | 951 | 147 | 31 | 28 | | |
| Ensino Fundamental - 6 a 10 anos | 1045 | 154 | 34 | 32 | | |