

Cardápio de Outubro 2022



 **FELIZ** 
DIAS CRIANÇAS



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br/ame



Prefeitura da Cidade
Fé, Esperança e Trabalho

CARDÁPIO CMEI / ACIMA DE 12 MESES / 03 A 07 DE OUTUBRO DE 2022

HORA	SEGUNDA (03)	TERÇA (04)	QUARTA (05)	QUINTA (06)	SEXTA (07)
8:00	Leite com Cacau* Pão com Manteiga	Chá de Erva-Doce* Pão com Requeijão Caseiro Fruta	Chá de Camomila* Bolacha Fruta	Leite com Cacau* Pão com Requeijão Caseiro	Leite com Cacau* Pão com Manteiga
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Omelete de Forno Farofa Colorida Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão com Frango Desfiado Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Almôndega ao Sugo Canjiquinha Legumes Salteados Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Carne de Panela com Batata Legumes / Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Sugo Polenta Cremosa Legumes / Salada
14:00	Chá de Camomila* Bolacha	Leite com Cacau* Bolacha	Vitamina de Frutas Pão com Manteiga	Chá de Camomila* Torta Salgada de Legumes	Chá de Camomila* Bolacha Fruta
16:00	Sopa de Legumes com Carne Moída	Risoto de Carne Desfiada com Legumes	Escondidinho de Frango Desfiado e Legumes	Sopa de Fubá com Ovo Mexido 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	683	80	30	27	267	36	210	4,6



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br/ame



CARDÁPIO CMEI / ACIMA DE 12 MESES / 10 A 14 DE OUTUBRO DE 2022

HORA	SEGUNDA (10)	TERÇA (11) **	QUARTA (12)	QUINTA (13)	SEXTA (14)
8:00	Leite com Cacau* Bolacha	Leite com Cacau* Pão com Requeijão Caseiro	FERIADO	RECESSO	RECESSO
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Farofa Colorida Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Nhoque com Carne Moída Legumes / Salada	FERIADO	RECESSO	RECESSO
14:00	Chá de Erva-Doce* Pão de Queijo	Chá de Camomila Cachorro Quente Salada de Frutas	FERIADO	RECESSO	RECESSO
16:00	Sopa de Legumes com Carne de Porco Desfiada	Sopa de Feijão com Frango Desfiado e Legumes	FERIADO	RECESSO	RECESSO

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

**Cardápio da dia 11/10 diferenciado para Comemoração do Dia das Crianças.

* 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	709	88	22	32	307	15	190	4,5



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br/ame



CARDÁPIO CMEI / ACIMA DE 12 MESES / 17 A 21 DE OUTUBRO DE 2022

HORA	SEGUNDA (17)	TERÇA (18)	QUARTA (19)	QUINTA (20)	SEXTA (21)
8:00	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Erva-Doce* Pão com Manteiga	Leite com Cacau* Pão com Manteiga	Chá de Camomila* Bolacha	Leite com Cacau* Pão com Requeijão Caseiro
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Omelete de Forno Macarrão Alho e Óleo Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Peito de Frango Grelhado Polenta Cremosa Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Almôndega ao Sugo Batata Salteada Legumes/Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo de Porco Acebolado Canjiquinha Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Sugo Farofa Colorida Legumes/Salada
14:00	Chá de Camomila* Pão com Requeijão Caseiro	Leite com Cacau* Bolacha Fruta	Chá de Erva-Doce* Torta Salgada de Legumes	Leite com Cacau* Pão com Manteiga Fruta	Vitamina de Frutas* Bolacha
16:00	Risoto de Frango Desfiado com Legumes	Escondidinho de Carne Moída com Legumes	Macarrão com Frango Desfiado e Legumes	Sopa de Legumes com Ovo Mexido	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.

Jacqueline 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	83	28	29	210	31	208	5,2



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br/ame



CARDÁPIO CMEI / ACIMA DE 12 MESES / 24 A 28 DE OUTUBRO DE 2022

HORA	SEGUNDA (24)	TERÇA (25)	QUARTA (26)	QUINTA (27)	SEXTA (28)
8:00	Chá de Erva-Doce* Pão com Manteiga	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Erva-Doce* Pão com Requeijão Caseiro	Leite com Cacau* Bolacha Fruta	Chá de Erva-Doce* Pão com Manteiga
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovo Cozido Farofa com Legumes Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Bife de Panela Polenta Cremosa Legumes / Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Assada Canjiquinha Legumes / Salada Frutas	Arroz Branco Feijão Cozido Carne de Panela com Legumes Macarrão Alho e Óleo Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Escondidinho de Peito de Frango Legumes/Salada
14:00	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila* Pão com Manteiga	Leite com Cacau* Bolacha	Vitamina de Frutas* Bolo Caseiro de Aveia	Leite com Cacau* Bolacha Fruta
16:00	Macarrão com Carne Moída e Legumes	Sopa de Legumes com Frango Desfiado	Sopa de Feijão com Carne de Porco Desfiada e Legumes	Polenta Cremosa com Frango Desfiado com Legumes	Risoto de 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	723	88	31	25	223	18	212	5,2



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br/ame



CARDÁPIO CMEI / ACIMA DE 12 MESES / 31 DE OUTUBRO DE 2022

HORA	SEGUNDA (31)	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
8:00	Leite com Cacau* Pão com Manteiga				
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovo Mexido Macarrão ao Sugo Salada				
14:00	Chá de Camomila* Bolacha				
16:00	Sopa de Legumes com Carne Moída				

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	684	85	25	27	210	16	226	5,02