



Moranda Escolar de Apucarana



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



Cardápio de Maio 2023

Feliz Mãe



*Jaqueline de Oliveira
Nutricionista
Crn 7434*



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO CMEI / ACIMA DE 12 MESES 01 A 05 DE MAIO DE 2023

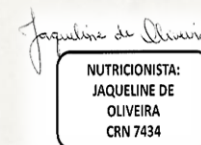
HORA	SEGUNDA (01)	TERÇA (02)	QUARTA (03)	QUINTA (04)	SEXTA (05)
8:00	FERIADO	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila* Pão com Requeijão Caseiro	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Erva Doce* Pão com Manteiga
11:00	FERIADO	Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Macarrão ao Sugo Legumes / Salada/ Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami ao Sugo Farofa Colorida Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Tiras Bovinas Aceboladas Polenta Cremosa Legumes / Salada /Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Assada Batata Cozida Legumes / Salada
14:00	FERIADO	Chá de Erva Doce* Pão com Manteiga	Leite com Cacau * Bolacha	Chá de Erva Doce* Torta Salgada de Legumes	Leite com Cacau* Bolacha
16:00	FERIADO	Sopa de Feijão com Legumes	Risoto de Frango com Legumes /Fruta	Sopa de Macarrão com Carne Moída 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.



Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)								
Faixa Etária	Energia ou VET	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos	Vit A	Vit C	Cálcio	Ferro
01 ano a 03 anos e 11 meses	674,8 Kcal	75,5 g	37,3 g	25,3 g	121,3 mcg	17,3 mg	216,2 mg	5 mg





CARDÁPIO CMEI / ACIMA DE 12 MESES 08 A 12 DE MAIO DE 2023

HORA	SEGUNDA (08)	TERÇA (09)	QUARTA (10)	QUINTA (11)	SEXTA (12)
8:00	Leite com Cacau* Pão com Manteiga	Chá de Camomila* Bolacha	Leite com Cacau* Pão com Manteiga	Chá de Camomila* Bolacha	Leite com Cacau* Pão com Manteiga
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Omelete de Forno Farofa Colorida Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Carne Moída Refogada Canjiquinha Legumes/ Salada/ Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Assada Legumes Cozidos Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Almôndegas ao Sugo Macarrão ao Alho e Óleo Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami Grelhado Polenta Cremosa Legumes/Salada/ Fruta
14:00	Chá de Erva Doce* Bolacha	Leite com Cacau* Pão com Requeijão Caseiro/Fruta	Chá de Erva Doce* Bolacha/Fruta	Vitamina de Frutas* Pão com Requeijão Caseiro	Chá de Camomila* Bolo Caseiro de Aveia*
16:00	Macarrão a Bolonhesa	Sopa de Feijão com Legumes	Canja de Galinha com Legumes	Sopa de Legumes com Ovos Mexidos	Risoto de Carne 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.



Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)								
Faixa Etária	Energia ou VET	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos	Vit A	Vit C	Cálcio	Ferro
01 ano a 03 anos e 11 meses	679,5 Kcal	100,9 g	28,7 g	25 g	172,5 mcg	13,8 mg	208,7 mg	4,9 mg

Jaqueline de Oliveira

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

Feliz
Dia das Mães





CARDÁPIO CMEI/ ACIMA DE 12 MESES 15 A 19 DE MAIO DE 2023

HORA	SEGUNDA (15)	TERÇA (16)	QUARTA (17)	QUINTA (18)	SEXTA (19)
8:00	Chá de Camomila* Bolacha	Leite com Cacau* Pão com Manteiga	Chá de Camomila* Bolacha	Leite com Cacau* Pão com Requeijão Caseiro	Chá de Camomila* Bolacha
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Canjiquinha Legumes/ Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Cubos de Carne ao Molho Farofa Colorida Legumes/ Salada/ Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami Grelhado Acebolado Macarrão ao Sugo Legumes/ Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo Suíno Grelhado Polenta Cremosa Legumes/ Salada /Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Molho Batata Salteadas Salada
14:00	Leite com Cacau* Pão com Requeijão Caseiro	Chá de Erva Doce * Bolacha	Leite com Cacau* Torta Salgada de Legumes Fruta	Chá de Erva Doce* Bolacha	Leite com Cacau* Pão com Manteiga/ Fruta
16:00	Macarrão com Carne Moída e Legumes	Canjiquinha com Carne Suína e Legumes	Risoto de Frango com Legumes	Sopa de Feijão com Carne e Legumes	Canja de Galinha 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.

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)								
Faixa Etária	Energia ou VET	Carboidratos	Proteínas	Lípidos	Vit A	Vit C	Cálcio	Ferro
01 ano a 03 anos e 11 meses	680,5 Kcal	91,2 g	32,6 g	25 g	119,7 mcg	23,6 mg	212,2 mg	4,5 mg



Jaqueline de Oliveira
NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434





CARDÁPIO CMEI/ ACIMA DE 12 MESES 22 A 26 DE MAIO DE 2023

HORA	SEGUNDA (22)	TERÇA (23)	QUARTA (24)	QUINTA (25)	SEXTA (26)
8:00	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Erva Doce* Pão com Requeijão	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila * Pão com Manteiga	Leite com Cacau* Bolacha
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Omelete de Forno Macarrão ao Sugo Legumes/ Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami ao Molho Legumes Salteados Salada/ Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Carne Moída Refogada Polenta Cremosa Legumes/ Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Molho Farofa Colorida Legumes/ Salada / Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Bife de Panela Canjiquinha Legumes/ Salada
14:00	Chá de Camomila * Pão com Manteiga	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila * Bolo de Aveia Caseiro* Fruta	Leite com Cacau* Bolacha	Vitamina de Frutas* Pão com Requeijão Caseiro Fruta
16:00	Polenta Cremosa com Frango e Legumes	Sopa de Legumes com Ovos Mexidos	Canja de Galinha com Legumes	Risoto de Carne com Legumes	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.

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)								
Faixa Etária	Energia ou VET	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos	Vit A	Vit C	Cálcio	Ferro
01 ano a 03 anos e 11 meses	689,4 Kcal	89,1 g	29,7 g	28,9 g	171,9 mcg	22,3 mg	234,2 mg	4,3 mg

Jaqueline de Oliveira
NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

feliz dia das
Mães



CARDÁPIO CMEI/ ACIMA DE 12 MESES 29 A 31 DE MAIO DE 2023

HORA	SEGUNDA (29)	TERÇA (30)	QUARTA (31)	QUINTA	SEXTA
8:00	Chá de Erva Doce* Bolacha	Leite com Cacau* Pão com Manteiga	Chá de Camomila * Bolacha		
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Farofa Colorida Legumes/ Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Tiras de Carne ao Molho Macarrão ao Alho e Óleo Legumes/ Salada/ Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami Grelhado Canjiquinha Legumes/ Salada		
14:00	Leite com Cacau* Pão com Requeijão	Chá de Camomila * Bolacha/Fruta	Leite com Cacau* Torta Salgada de Legumes		
16:00	Sopa de Feijão com Carne e Legumes	Escondidinho de Frango	Macarrão a Bolonhesa		

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.

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)								
Faixa Etária	Energia ou VET	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos	Vit A	Vit C	Cálcio	Ferro
01 ano a 03 anos e 11 meses	684,7 Kcal	78,9 g	32,4 g	25,2 g	133,2 mcg	20,3 mg	212,4 mg	5 mg

Jaqueline de Oliveira

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

