

CARDÁPIO DE SETEMBRO



Independência do Brasil



Jaqueline de Oliveira
Nutricionista
7434



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO CMEI/ ACIMA DE 12 MESES 01 DE SETEMBRO DE 2023

HORA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA (01)
8:00					Leite com Cacau* Bolacha
11:00					Arroz Branco Feijão Cozido Sassami Grelhado Farofa Colorida Salada
14:00					Leite com Cacau* Bolacha
16:00					Sopa de Legumes com Carne Moída

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

Faixa Etária	Energia ou VET	Carboidratos	Proteínas	Lípidios	Vit A	Vit C	Cálcio	Ferro
01 ano a 03 anos e 11 meses	663,34 Kcal	68,60 g	38,37 g	25,62 g	43,07 mcg	2,88 mg	206,66 mg	4,73 mg

Independência
do Brasil



Jaqueline de Oliveira

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434



Merenda Escolar de Apucarana



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO CMEI/ ACIMA DE 12 MESES 04 A 08 DE SETEMBRO DE 2023

HORA	SEGUNDA (04)	TERÇA (05)	QUARTA (06)	QUINTA (07)	SEXTA (08)
8:00	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila* Pão com Manteiga	Leite com Cacau* Bolacha Fruta	FERIADO	RECESSO
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Macarrão ao Sugo Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Tiras Bovinas Aceboladas Polenta Cremosa Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Molho Farofa Colorida Legumes/Salada	FERIADO	RECESSO
14:00	Chá de Erva Doce* Pão com Manteiga	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila* Bolo Caseiro de Aveia com Canela*	FERIADO	RECESSO
16:00	Canja de Galinha	Sopa de Fubá com Carne	Canjiquinha com Carne Moída	FERIADO	RECESSO

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	582,50 Kcal	70,72 g	25,52 g	22,07 g	239,93 mcg	14,98 mg	178,43 mg	5,14 mg

Jaqueline de Oliveira
NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434





Merenda Escolar de Apucarana



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO CMEI/ ACIMA DE 12 MESES 11 A 15 DE SETEMBRO DE 2023

HORA	SEGUNDA (11)	TERÇA (12)	QUARTA (13)	QUINTA (14)	SEXTA (15)
8:00	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Erva Doce* Pão com Manteiga	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila* Pão com Requeijão Caseiro	Leite com Cacau* Bolacha
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Omelete Farofa Colorida Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami Grelhado Polenta Cremosa Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo de Porco de Panela Legumes Salteados Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami ao Molho Canjiquinha Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Assada Macarrão Alho e Óleo Legumes/Salada
14:00	Chá de Camomila* Pão com Requeijão Caseiro	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Erva Doce* Bolo Caseiro de Aveia* Fruta	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila* Pão com Manteiga
16:00	Risoto de Frango	Sopa de Feijão com Carne	Canja de Galinha	Sopa de Macarrão com Lombo Suíno	Canjiquinha com Carne Acebolada

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	541,36 Kcal	82,43 g	26,50 g	19,10 g	130,85 mcg	15,92 mg	146,06 mg	3,52 mg

Jaqueline de Oliveira

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434





Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO CMEI/ ACIMA DE 12 MESES 18 A 22 DE SETEMBRO DE 2023

HORA	SEGUNDA (18)	TERÇA (19)	QUARTA (20)	QUINTA (21)	SEXTA (22)
8:00	Chá de Erva Doce * Pão com Manteiga	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila * Pão com Requeijão Caseiro Fruta	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Erva Doce * Pão com Manteiga
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Macarrão ao Alho e Óleo Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami ao Molho Legumes Salteados Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo Suíno Grelhado Farofa Colorida Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami Grelhado Polenta Cremosa Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Sugo Canjiquinha Legumes/Salada
14:00	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila * Pão com Requeijão Caseiro	Leite com Cacau* Bolo Caseiro de Aveia*	Vitamina de Frutas* Pão com Manteiga	Leite com Cacau* Bolacha
16:00	Macarrão à Bolonhesa	Canjiquinha com Carne Suína	Canja de Galinha	Sopa de Feijão com Lombo Suíno	Risoto de Carne

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	630,35 Kcal	93,16 g	30,44 g	21,07 g	131,03 mcg	20,53 mg	175,54 mg	4,32 mg



Jaqueline de Oliveira
NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434





Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO CMEI/ ACIMA DE 12 MESES 25 A 29 DE SETEMBRO DE 2023

HORA	SEGUNDA (25)	TERÇA (26)	QUARTA (27)	QUINTA (28)	SEXTA (29)
8:00	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila* Pão com Requeijão Caseiro	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila* Pão com Requeijão Caseiro	Leite com Cacau* Bolacha
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Omelete de Forno Farofa Colorida Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami Grelhado Polenta Cremosa Legumes/Salada/ Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo de Porco Acebolado Legumes Salteados Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Assada Macarrão ao Sugo Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Carne Moída ao Sugo Canjiquinha Legumes/Salada
14:00	Chá de Erva Doce * Pão com Manteiga	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Erva Doce* Pão com Manteiga	Leite com Cacau* Bolacha	Chá de Erva Doce * Pão com Manteiga
16:00	Risoto de Frango	Sopa de Legumes com Carne	Canja de Galinha	Sopa de Feijão com Carne Moída	Canjiquinha com Lombo Assado

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	557,56 Kcal	87,15 g	24,87 g	17,94 g	74,57 mcg	9,63 mg	118,84 mg	3,73 mg

Jaqueline de Oliveira

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

