|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PORTO BARREIRO/PR  PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE | | | | | | | | | | | |
| CARDÁPIO –Pré escola  ZONA - URBANA  FAIXA ETÁRIA - 4-5 anos (Pré escola)  PERÍODO (integral) JORNADA AMPLIADA | | | | | | | | | | | |
| Março 2025 | | | | | | | | | | | |
| Refeição/horário | **2ª FEIRA**  **03/03** | **3ªFEIRA**  **04/03** | | **4ªFEIRA**  **05/03** | | **5ª FEIRA**  **06/03** | | | **6ª FEIRA**  **07/03** | | |
| Lanche da manhã I/ 7:30h | **RECESSO** | **Feriado** | | **RECESSO** | |  | | | Fruta | | |
| Lanche da Manhã II/  9:30h |  |  | |  | |  | | | Iogurte com cereal | | |
| Almoço 11:45h |  |  | |  | |  | | | Salada  Frango em molho  Batata doce  Arroz. Feijão | | |
| Lanche da tarde I 13h |  |  | |  | |  | | | Fruta | | |
| Lanche da tarde II 14:45h |  |  | |  | |  | | | Salada  Polenta com  Frango em molho | | |
| Composição nutricional  (Média Semanal) | | **Energia**  **(Kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **LPD (g)** | | **Vit. A**  **(mcg)** | **Vit. C (mg)** | | **Ca**  **(mg)** | **Fe**  **(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** | |
| 913 kcal | 134g | 38g | 25g | | 598 | 30 | | 231 | 7 |
| 67% | 17% | 23% | |  | | |  | |

OBS: Terça e quinta que não tem Jornada Ampliada, segue horário das demais turmas (lanche da manhã às 8h; almoço às 10:15h; lanche da tarde às 13h e jantar às 15:15h, Lanche II às 16h).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PORTO BARREIRO/PR  PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE | | | | | | | | | | | |
| CARDÁPIO –Pré escola  ZONA - URBANA  FAIXA ETÁRIA- 4-5 anos (Pré escola)  PERÍODO (integral) JORNADA AMPLIADA | | | | | | | | | | | |
| Março 2025 | | | | | | | | | | | |
| Refeição/horário | **2ª FEIRA**  **10/03** | **3ªFEIRA 11/03** | | **4ª FEIRA**  **12/03** | | **5ª FEIRA**  **13/03** | | | **6ª FEIRA**  **14/03** | | |
| Lanche da manhã I/ 7:30h | Fruta |  | | Fruta | |  | | | Fruta | | |
| Lanche da Manhã II/  9:30h | Leite com cacau  Pão caseiro com manteiga |  | | Leite com banana  Pão caseiro com requeijão | |  | | | Torta de bolacha | | |
| Almoço 11:45h | Salada  Carne moída em molho  Farofinha de legumes  Arroz. Feijão |  | | Salada  Frango em molho  Espaguete alho e óleo  Arroz. Feijão | |  | | | Salada  Iscas de carne suína acebolada  Batata doce cozida  Arroz. Feijão | | |
| Lanche da tarde I 13h | Fruta |  | | Fruta | |  | | | Fruta | | |
| Lanche da tarde II 14:45h | Sopa de legumes (cenoura, brócolis, abobrinha e batata), frango, macarrão argolinha |  | | Salada  Quirerinha com carne suína Salada | |  | | | Salada  Polenta com frango em molho | | |
| Composição nutricional  (Média Semanal) | | **Energia**  **(Kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **LPD (g)** | | **Vit. A**  **(mcg)** | **Vit. C (mg)** | | **Ca**  **(mg)** | **Fe**  **(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** | |
| 989 | 159g | 44g | 20g | | 620 | 29 | | 232 | 7 |
| 65% | 18% | 18% | |  | | |  | |

OBS: Terça e quinta que não tem Jornada Ampliada, segue horário das demais turmas (lanche da manhã às 8h; almoço às 10:15h; lanche da tarde às 13h e jantar às 15:15h, Lanche II às 16h).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PORTO BARREIRO/PR  PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE | | | | | | | | | | | |
| CARDÁPIO –Pré escola  ZONA - URBANA  FAIXA ETÁRIA - 4-5 anos (Pré escola)  PERÍODO (integral) JORNADA AMPLIADA | | | | | | | | | | | |
| Março 2025 | | | | | | | | | | | |
| Refeição/horário | **2ª FEIRA**  **17/03** | **3ªFEIRA 18/03** | | **4ª FEIRA**  **19/03** | | **5ª FEIRA**  **20/03** | | | **6ª FEIRA**  **21/03** | | |
| Lanche da manhã I/ 7:30h | Fruta |  | | Fruta | |  | | | Fruta | | |
| Lanche da Manhã II/  9:30h | Leite com banana e cacau  Bolacha caseira |  | | Leite com banana e cacau  Cuca caseira | |  | | | Leite com banana e aveia  Pão caseiro com ovos mexidos | | |
| Almoço 11:45h | Salada  Carne moída em molho  Macarrão parafuso  Arroz. Feijão |  | | Salada  Carne bovina na pressão (alcatrão)  Purê de batatas  Arroz. Feijão | |  | | | Salada  Iscas de carne suína acebolada  Quirerinha  Arroz. Feijão | | |
| Lanche da tarde I 13h | Fruta |  | | Fruta | |  | | | Fruta | | |
| Lanche da tarde II 14:45h | Sopa de feijão, macarrão argolinha, legumes e frango |  | | Salada  Polenta com frango em molho | |  | | | Salada  Risoto de frango com legumes | | |
| Composição nutricional  (Média Semanal) | | **Energia**  **(Kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **LPD (g)** | | **Vit. A**  **(mcg)** | **Vit. C (mg)** | | **Ca**  **(mg)** | **Fe**  **(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** | |
| 880 kcal | 134 g | 38g | 21g | | 591 | 48 | | 178 | 5,2 |
| 67% | 15% | 18% | |  | | |  | |

OBS: Terça e quinta que não tem Jornada Ampliada, segue horário das demais turmas (lanche da manhã às 8h; almoço às 10:15h; lanche da tarde às 13h e jantar às 15:15h, Lanche II às 16h).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PORTO BARREIRO/PR  PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE | | | | | | | | | | | |
| CARDÁPIO –Pré escola  ZONA - URBANA  FAIXA ETÁRIA - 4-5 anos (Pré escola)  PERÍODO (integral) JORNADA AMPLIADA | | | | | | | | | | | |
| Março 2025 | | | | | | | | | | | |
| Refeição/horário | **2ª FEIRA**  **24/03** | **3ªFEIRA 25/03** | | **4ª FEIRA**  **26/03** | | **5ª FEIRA**  **27/03** | | | **6ª FEIRA**  **28/03** | | |
| Lanche da manhã I/ 7:30h | Fruta |  | | Fruta | |  | | | Fruta | | |
| Lanche da Manhã II/  9:30h | Leite com cacau  Pão caseiro com manteiga |  | | Chá  Bolo simples | |  | | | Torta de bolacha | | |
| Almoço 11:45h | Salada  Carne moída em molho  Polenta  Arroz. Feijão |  | | Salada  Carne suína picadinha  Espaguete alho e óleo  Arroz. Feijão | |  | | | Salada  Frango em molho  Batata doce cozida  Arroz. Feijão | | |
| Lanche da tarde I 13h | Fruta |  | | Fruta | |  | | | Fruta | | |
| Lanche da tarde II 14:45h | Salada  Quirerinha com frango em molho |  | | Arroz carreteiro (carne moída) com legumes | |  | | | Salada  Polenta com carne moída em molho | | |
| Composição nutricional  (Média Semanal) | | **Energia**  **(Kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **LPD (g)** | | **Vit. A**  **(mcg)** | **Vit. C (mg)** | | **Ca**  **(mg)** | **Fe**  **(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** | |
| 940 kcal | 157 g | 43g | 15g | | 541 | 32 | | 223 | 9 |
| 67% | 18% | 15% | |  | | |  | |

OBS: Terça e quinta que não tem Jornada Ampliada, segue horário das demais turmas (lanche da manhã às 8h; almoço às 10:15h; lanche da tarde às 13h e jantar às 15:15h, Lanche II às 16h).