

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TOLEDO - PR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO - Pré escola, Ensino Fundamental I**

**ZONA RURAL**

**PERÍODO PARCIAL**

**SETEMBRO / 2022**

<b>Horário</b>	<b>2ª FEIRA 05/SETEMBRO</b>	<b>3ª FEIRA 06/SETEMBRO</b>	<b>4ª FEIRA 07/SETEMBRO</b>	<b>5ª FEIRA 08/SETEMBRO</b>	<b>6ª FEIRA 09/SETEMBRO</b>
<b>M - 9:45</b> <b>V - 15:45</b>	Carne moída ao molho de tomate Mandioca cozida Legumes Refogados (tomate, cebola, cenoura, chuchu, abobrinha, cebola, repolho, milho, couve, brócolis)	Arroz cozido Feijão preto cozido Frango ao molho de tomate Salada de pepino Salada de Beterraba BANANA	FERIADO	Sopa de feijão com macarrão e legumes LARANJA	Bolo com uvas passas, canela e açúcar mascavo Suco polpa de maracujá
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>		<b>CHO (g)</b>		<b>PTN (g)</b>
			55% a 65% do VET		10% a 15% do VET
	360,91		43g		12g
			50%	15%	21%

**ELLY ANA POOTZ BORILLI**

**NUTRICIONISTA CRN8 5643**

\*Cardápio sujeito a alterações

❖ Os parênteses ( ) descrevem os principais ingredientes da preparação.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TOLEDO - PR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO - Pré escola, Ensino Fundamental I**

**ZONA RURAL**

**PERÍODO PARCIAL**

**SETEMBRO / 2022**

<b>Horário</b>	<b>2ª FEIRA 12/SETEMBRO</b>	<b>3ª FEIRA 13/SETEMBRO</b>	<b>4ª FEIRA 14/SETEMBRO</b>	<b>5ª FEIRA 15/SETEMBRO</b>	<b>6ª FEIRA 16/SETEMBRO</b>
<b>M - 9:45</b> <b>V - 15:45</b>	Carne moída ao molho de tomate Macarrão cozido Legumes Refogados (tomate, cebola, cenoura, chuchu, abobrinha, cebola, repolho, milho, couve, brócolis)	Arroz cozido Feijão carioca cozido Carne bovina ao molho de tomate Batata doce cozida/assada Salada de alface	Torta de legumes Chá ABACAXI	Filé de tilápia ao forno Arroz Salada de tomate	Bolacha de fubá Iogurte PERA
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	333,90	45g 55,00%	11g 14%	7g 18%	

**ELLY ANA POOTZ BORILLI**

**NUTRICIONISTA CRN8 5643**

\*Cardápio sujeito a alterações

❖ Os parênteses ( ) descrevem os principais ingredientes da preparação.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TOLEDO - PR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO - Pré escola, Ensino Fundamental I**

**ZONA RURAL**

**PERÍODO PARCIAL**

**SETEMBRO / 2022**

<b>Horário</b>	<b>2ª FEIRA 19/SETEMBRO</b>	<b>3ª FEIRA 20/SETEMBRO</b>	<b>4ª FEIRA 21/SETEMBRO</b>	<b>5ª FEIRA 22/SETEMBRO</b>	<b>6ª FEIRA 23/SETEMBRO</b>
<b>M - 9:45</b> <b>V - 15:45</b>	Reflexão Pedagógica	Carne moída ao molho de tomate Polenta cozida Legumes Refogados (tomate, cebola, cenoura, chuchu, abobrinha, cebola, repolho, milho, couve, brócolis)	Sanduíche de pão com carne bovina moída MELANCIA	Arroz cozido Feijão carioca cozido Carne suína refogada/assada Salada de couve flor AMEIXA	Esfirra de frango assada Leite com chocolate natural
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>	
	320,42	47g	10g	6g	
		60%	14%	18%	

**ELLY ANA POOTZ BORILLI**  
**NUTRICIONISTA CRN8 5643**

\*Cardápio sujeito a alterações

❖ Os parênteses ( ) descrevem os principais ingredientes da preparação.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TOLEDO - PR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO - Pré escola, Ensino Fundamental I**

**ZONA RURAL**

**PERÍODO PARCIAL**

**SETEMBRO / 2022**

<b>Horário</b>	<b>2ª FEIRA 26/SETEMBRO</b>	<b>3ª FEIRA 27/SETEMBRO</b>	<b>4ª FEIRA 28/SETEMBRO</b>	<b>5ª FEIRA 29/SETEMBRO</b>	<b>6ª FEIRA 30/SETEMBRO</b>
<b>M - 9:45</b> <b>V - 15:45</b>	Carne moída ao molho de tomate Macarrão cozido Legumes Refogados (tomate, cebola, cenoura, chuchu, abobrinha, cebola, repolho, milho, couve, brócolis)	Conselho de Classe	Bolo de fubá com coco Suco polpa de morango MAÇA	Risoto de frango (coxa e sobrecoxa, arroz, tomate, cebola, cenoura, milho, abobrinha) Salada de tomate	Torta salgada de legumes com frango ou carne MANGA
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>	
	306,89	38g 50%	10g 13%	6g 16%	

**ELLY ANA POOTZ BORILLI**  
**NUTRICIONISTA CRN8 5643**

\*Cardápio sujeito a alterações

❖ Os parênteses ( ) descrevem os principais ingredientes da preparação.