

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

JULHO/2023

Horário	2ª FEIRA 03/JULHO	3ª FEIRA 04/JULHO	4ª FEIRA 05/JULHO	5ª FEIRA 06/JULHO	6ª FEIRA 07/JULHO
M - 9:45 V - 15:45	Macarrão cozido Carne moída ao molho de tomate Legumes refogados (tomate, cebola, cenoura, chuchu, abobrinha, repolho, milho, ervilha, couve, brócolis, vagem)	Arroz cozido Feijão cozido Carne de frango ao molho Salada chuchu	Cuca Leite com cacau Banana	Macarronada de frango (macarrão caseiro) Acelga Pera	RECESSO ESCOLAR 07 JUL – 19 JUL
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)
			55% a 65% do VET		10% a 15% do VET
	380,59		64g		12g
			68%		13%
				LPD (g)	15% a 30% do VET
				8g	20%

ELLY ANA POOTZ BORILLI

NUTRICIONISTA CRN8 5643

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

*Cardápio sujeito a alterações

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

JULHO/2023

Horário	2ª FEIRA 17/JULHO	3ª FEIRA 18/JULHO	4ª FEIRA 19/JULHO	5ª FEIRA 20/JULHO	6ª FEIRA 21/JULHO
M - 9:45 V - 15:45	RECESSO ESCOLAR 07 JUL – 19 JUL	RECESSO ESCOLAR 07 JUL – 19 JUL	RECESSO ESCOLAR 07 JUL – 19 JUL	Polenta cozida Carne moída ao molho de tomate Legumes refogados (ex: tomate, cebola, cenoura, chuchu, abobrinha, repolho, milho, ervilha, couve, brócolis)	Bolo de chocolate Leite com cacau Bergamota
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	380,77	64g 65%	11g 11%	9g 22%	

ELLY ANA POOTZ BORILLI
NUTRICIONISTA CRN8 5643

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

*Cardápio sujeito a alterações

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

JULHO/2023

Horário	2ª FEIRA 24/JULHO	3ª FEIRA 25/JULHO	4ª FEIRA 26/JULHO	5ª FEIRA 27/JULHO	6ª FEIRA 28/JULHO	
M - 9:45 V - 15:45	Macarrão cozido Carne moída ao molho de tomate Legumes refogados (tomate, cebola, cenoura, chuchu, abobrinha, repolho, milho, ervilha, couve, brócolis, vagem)	Arroz cozido Feijão cozido Frango assado Batata doce Salada de Beterraba	Sopa de frango macarrão e legumes (batata, cenoura, milho, chuchu, tomate) Pão de cenoura	Vaca atolada (tomate, cebola, mandioca, carne bovina) Couve-folha Maça	Bolo de fubá Suco de uva integral Banana	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)	
			55% a 65% do VET		10% a 15% do VET	
			43g		10g	
	285,66		62%		14%	

ELLY ANA POOTZ BORILLI
NUTRICIONISTA CRN8 5643

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

*Cardápio sujeito a alterações