

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

AGOSTO/2023

Horário	2ª FEIRA 31/JULHO	3ª FEIRA 01/AGOSTO	4ª FEIRA 02/AGOSTO	5ª FEIRA 03/AGOSTO	6ª FEIRA 04/AGOSTO
M - 9:45 V - 15:45	Polenta cozida Carne moída ao molho de tomate Legumes Refogados (tomate, cebola, cenoura, chuchu, abobrinha, cebola, repolho, milho, couve)	Arroz cozido Feijão cozido Carne suína refogada Farofa de legumes Salada de tomate	Pão com molho de carne moída Laranja	Macarronada de frango Salada de rúcula Melão	Esfirra assada de carne moída Suco de uva integral
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	
	356,23	50g	13g	12g	
		57%	15%	28%	

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

AGOSTO/2023

Horário	2ª FEIRA 07/AGOSTO	3ª FEIRA 08/AGOSTO	4ª FEIRA 09/AGOSTO	5ª FEIRA 10/AGOSTO	6ª FEIRA 11/AGOSTO
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)	Arroz cozido Feijão cozido Carne bovina ao molho Salada de beterraba	Torta de legumes (tomate, cebola, cenoura, ervilha, milho, brócolis, couve-flor) Banana	Arroz carreteiro (carne bovina, arroz, tomate, cebola, cenoura, milho, abobrinha) Salada de alface	Bolo de cacau iogurte Maça
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	
	338,98	52g 60%	12g 14%	11g 25%	

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

AGOSTO/2023

Horário	2ª FEIRA 14/AGOSTO	3ª FEIRA 15/AGOSTO	4ª FEIRA 16/AGOSTO	5ª FEIRA 17/AGOSTO	6ª FEIRA 18/AGOSTO
M - 9:45 V - 15:45	Polenta cozida Carne moída ao molho de tomate Legumes Refogados (tomate, cebola, cenoura, chuchu, abobrinha, cebola, repolho, milho, couve)	Arroz cozido Feijão carioca cozido Frango ao molho de tomate Salada de pepino Salada de abobrinha	Cuca Suco de laranja integral	Sopa de frango macarrão e legumes (batata, cenoura, milho, chuchu, tomate) Bergamota	Pão integral com doce de frutas Melancia
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	
	376,15	59g 64%	14g 15%	9g 21%	

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

AGOSTO/2023

Horário	2ª FEIRA 21/AGOSTO	3ª FEIRA 22/AGOSTO	4ª FEIRA 23/AGOSTO	5ª FEIRA 24/AGOSTO	6ª FEIRA 25/AGOSTO
M - 9:45 V - 15:45	Mandioca cozida Carne moída ao molho de tomate Legumes refogados (tomate, cebola, cenoura, chuchu, abobrinha, repolho, milho, ervilha, couve, brócolis)	Arroz cozido Feijão cozido Carne suína refogada Batata doce cozida Salada chuchu	Bolo de fubá Leite com cacau Mexerica	Risoto de frango (coxa e sobrecoxa, arroz, tomate, cebola, cenoura, milho, abobrinha) Salada de alface Abacaxi	Mini pizza Suco de uva integral
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	
	384,74	53g	15g	12g	
		55%	16%	29%	

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

AGOSTO/2023

Horário	2ª FEIRA 28/AGOSTO	3ª FEIRA 29/AGOSTO	4ª FEIRA 30/AGOSTO	5ª FEIRA 31/AGOSTO	6ª FEIRA 01/SETEMBRO
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)	Arroz cozido Feijão cozido Carne bovina ao molho de tomate Salada de tomate e pepino	Torta de pão com carne (pão integral, queijo, molho de carne moída, milho, ervilha e tomate) Bergamota	Polenta cozida Frango ao molho Salada de repolho roxo	Bolo de cenoura Laranja
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	
	320,00	50g	10g	11g	
		60%	15%	25%	

ELLY ANA POOTZ BORILLI
NUTRICIONISTA CRN8 5643

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

*Cardápio sujeito a alterações