

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

OUTUBRO/2023

Horário	2ª FEIRA 02/OUTUBRO	3ª FEIRA 03/OUTUBRO	4ª FEIRA 04/OUTUBRO	5ª FEIRA 05/OUTUBRO	6ª FEIRA 06/OUTUBRO
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 madalena (purê de batata, molho de carne moída, queijo) Salada de alface Banana	Arroz carreteiro (carne bovina, arroz, tomate, cebola, cenoura, milho, abobrinha) Salada de pepino	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	
	351,02	57g	12g	8g	
		65%	13%	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

OUTUBRO/2023

Horário	2ª FEIRA 09/OUTUBRO	3ª FEIRA 10/OUTUBRO	4ª FEIRA 11/OUTUBRO	5ª FEIRA 12/OUTUBRO	6ª FEIRA 13/OUTUBRO
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	Mini Pizza Bolacha caseira Suco de laranja Uva	FERIADO	RECESSO
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	
	288,27	47g	10g	7g	
		66%	14%	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

OUTUBRO/2023

Horário	2ª FEIRA 16/OUTUBRO	3ª FEIRA 17/OUTUBRO	4ª FEIRA 18/OUTUBRO	5ª FEIRA 19/OUTUBRO	6ª FEIRA 20/OUTUBRO
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 Coxa e sobrecoxa assada Salada de beterraba	Polenta cozida Frango ao molho Salada de couve manteiga	Cuca Leite com cacau Mexerica	Esfirra de frango 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	
	384,00	53g	15g	12g	
		55%	15%	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

OUTUBRO/2023

Horário	2ª FEIRA 23/OUTUBRO	3ª FEIRA 24/OUTUBRO	4ª FEIRA 25/OUTUBRO	5ª FEIRA 26/OUTUBRO	6ª FEIRA 27/OUTUBRO
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 Salada de pepino	Torta de pão com carne (pão integral, queijo, molho de carne moída, milho, ervilha e tomate) Melancia	Risoto de frango (coxa e sobrecoxa, arroz, tomate, cebola, cenoura, milho, abobrinha) Salada de brócolis	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	
	380,74	53g 55%	15g 16%	12g 28%	

ELLY ANA POOTZ BORILLI

NUTRICIONISTA CRN8 5643

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

*Cardápio sujeito a alterações santiago

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

OUTUBRO/2023

Horário	2ª FEIRA 30/OUTUBRO	3ª FEIRA 31/OUTUBRO	4ª FEIRA 01/NOVEMBRO	5ª FEIRA 02/NOVEMBRO	6ª FEIRA 03/NOVEMBRO	
M - 9:45 V - 15:45	Polenta cozida Carne moída ao molho de tomate Legumes refogados (tomate, cebola, cenoura, chuchu, abobrinha, repolho, milho, ervilha, couve, brócolis)	Arroz cozido Feijão cozido Carne bovina acebolada Salada de chuchu	Macarronada de frango Salada de alface Banana	FERIADO	RECESSO	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)	
			55% a 65% do VET		10% a 15% do VET	
	319,08		55g		9g	
			72%		10%	
					LPD (g)	
					15% a 30% do VET	
					8g	
					19%	

ELLY ANA POOTZ BORILLI

NUTRICIONISTA CRN8 5643

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

*Cardápio sujeito a alterações