

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/2023

Horário	2ª FEIRA 04/SETEMBRO	3ª FEIRA 05/SETEMBRO	4ª FEIRA 06/SETEMBRO	5ª FEIRA 07/SETEMBRO	6ª FEIRA 08/SETEMBRO
M - 9:45 V - 15:45	Polenta 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	Arroz carreteiro (carne bovina, arroz, tomate, cebola, cenoura, milho, abobrinha) Salada de tomate Banana	FERIADO	CONSELHO DE CLASSE
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

SETEMBRO/2023

Horário	2ª FEIRA 11/SETEMBRO	3ª FEIRA 12/SETEMBRO	4ª FEIRA 13/SETEMBRO	5ª FEIRA 14/SETEMBRO	6ª FEIRA 15/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 suína refogada Farofa de legumes	Pão com molho de carne moída Laranja	Arroz Strogonoff de carne Salada de Rúcula Melão	Bolo de fubá Leite com cacau
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	
	225,14	31g	11g	7g	
		55%	15%	26%	

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

SETEMBRO/2023

Horário	2ª FEIRA 18/SETEMBRO	3ª FEIRA 19/SETEMBRO	4ª FEIRA 20/SETEMBRO	5ª FEIRA 21/SETEMBRO	6ª FEIRA 22/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 Salada de repolho	Cuca Suco de uva Banana	Arroz Purê de batatas Tilápia assada Berinjela	Torta de frango com legumes 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

SETEMBRO/2023

Horário	2ª FEIRA 25/SETEMBRO	3ª FEIRA 26/SETEMBRO	4ª FEIRA 27/SETEMBRO	5ª FEIRA 28/SETEMBRO	6ª FEIRA 29/SETEMBRO
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 Coxa e sobrecoxa ao molho de tomate Salada de pepino	Bolo de cenoura Iogurte	Risoto de frango (coxa e sobrecoxa, arroz, tomate, cebola, cenoura, milho, abobrinha) Salada de brócolis Laranja	Esfirra assada de carne 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	
	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