

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

MARÇO /2024

| Horário | 2ª FEIRA 04 | 3ª FEIRA 05 | 4ª FEIRA 06 | 5ª FEIRA 07 | 6ª FEIRA 08 |
|---|--|---|---------------------------------------|--|--|
| 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 ao molho Salada de beterraba | Bolo de fubá Suco de uva Banana | Sanduíche de pão com molho de carne moída Abacaxi | Arroz Cubos de tilápia ao molho de tomate Salada de alface |
| 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 | |
| | 368,78 | 58g | 37,66g | 10 | |
| | | 64% | 15% | 23% | |

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

MARÇO /2024

| Horário | 2ª FEIRA 11 | 3ª FEIRA 12 | 4ª FEIRA 13 | 5ª FEIRA 14 | 6ª FEIRA 15 |
|---|---|--|---|---|--------------------------------|
| 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 de frango refogada Farofa com legumes Refogado de cabotia | Arroz Ovos mexidos Salada de tomate Maça | Arroz carreteiro (carne, arroz, tomate, cebola, cenoura, milho, abobrinha) Salada de repolho Pera | Bolo de cenoura Iogurte |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | | CHO (g) | | LPD (g) |
| | | | PTN (g) | | 15% a 30% do VET |
| | | | 55% a 65% do VET | | 10% a 15% do VET |
| | 369,02 | | 59g | | 12g |
| | | | 65% | 14% | 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

MARÇO /2024

| Horário | 2ª FEIRA 18 | 3ª FEIRA 19 | 4ª FEIRA 20 | 5ª FEIRA 21 | 6ª FEIRA 22 |
|---|--|---|--|---|--|
| 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 Isclas de carne bovina acebolada Salada de chuchu | Pão de queijo Suco de polpa de maracujá Banana | Macarronada de frango Salada de brócolis | Arroz Batata doce Peixe ao forno Salada de repolho Caqui chocolate |
| 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 | |
| | | 48g | 11g | 13g | |
| | 360,91 | 53% | 11% | 32% | |

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

MARÇO /2024

| Horário | 2ª FEIRA 25 | 3ª FEIRA 26 | 4ª FEIRA 27 | 5ª FEIRA 28 | 6ª FEIRA 29 |
|---|---|---|---|------------------------|------------------------|
| M - 9:45 V - 15:45 | Nhoque 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 Salada de pepino | Arroz Peixe assado Salada abobrinha Goiaba | Recesso | Sexta-feira Santa |
| 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 | |
| | 408,41 | 64g 63% | 14g 14% | 11g 25% | |

ELLY ANA POOTZ BORILLI
NUTRICIONISTA CRN8 5643

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

*Cardápio sujeito a alterações