

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/2024

Horário	2ª FEIRA 30/setembro	3ª FEIRA 01	4ª FEIRA 02	5ª FEIRA 03	6ª FEIRA 04
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 Frango assado Salada de tabule (farinha de quibe, tomate e pepino)	Esfirra de frango Iogurte Uva	Arroz Strogonoff de frango Salada de vagem	Bolo de cenoura Banana
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	
	381,39	54g	13	13	
		58%	14%	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

OUTUBRO /2024

Horário	2ª FEIRA 07	3ª FEIRA 08	4ª FEIRA 09	5ª FEIRA 10	6ª FEIRA 11
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 Salada de repolho	Bolo de cacau Suco de uva Nectarina	Macarronada de frango Salada de brócolis Mamão	Mini pizza Suco de laranja
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	
	354,49	53	12	11	
		61%	14%	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

OUTUBRO /2024

Horário	2ª FEIRA 14	3ª FEIRA 15	4ª FEIRA 16	5ª FEIRA 17	6ª FEIRA 18
M - 9:45 V - 15:45	Dia do professor	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 Cabotiá refogada	Torta madalena (purê de batata, molho de carne moída, queijo) Salada de tomate Melancia	Cuca Suco de uva Maça
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	
	360,91	48g	11g	13g	
		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

OUTUBRO /2024

Horário	2ª FEIRA 21	3ª FEIRA 22	4ª FEIRA 23	5ª FEIRA 24	6ª FEIRA 25	
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 quiabo Salada de chuchu	Pão com doce de frutas Suco de uva Ameixa	Arroz Peixe ao forno Salada de repolho Uva	Bolacha caseira Melão orange Suco de uva	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)	
			55% a 65% do VET		10% a 15% do VET	
	380,74		53g		15g	
			55%		16%	
					LPD (g)	
					25% a 35% do VET	
					12g	
					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

OUTUBRO /2024

Horário	2ª FEIRA 28	3ª FEIRA 29	4ª FEIRA 30	5ª FEIRA 31	6ª FEIRA 01/novembro
M - 9:45 V - 15:45	Reflexão pedagógica	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 bovina ao molho Salada de acelga	Risoto de frango (coxa e sobrecoxa, arroz, tomate, cebola, cenoura, milho, abobrinha) Maça	Pão de queijo Melancia Suco de uva
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	
	362,00	52g 57%	13g 15%	12g 28%	

ELLY ANA POOTZ BORILLI
NUTRICIONISTA CRN8 5643

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

*Cardápio sujeito a alterações