

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

NOVEMBRO/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 de frango assada Salada de tabule (farinha de quibe, tomate e pepino)	Sanduíche de pão com molho de carne moída Uva	Arroz carreteiro (carne bovina, arroz, tomate, cebola, cenoura, milho, abobrinha) Salada de repolho	Esfirra de frango 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	
	388,67	56g	11g	13g	
		58%	11%	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

NOVEMBRO/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 suína refogada Salada de chuchu	Purê de batatas Frango ao molho de tomate Salada de beterraba Banana	Pão de queijo Suco de uva Melancia	Proclamação da República
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	
	369,02	59g	12g	10g	
		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

NOVEMBRO/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, chuchu, abobrinha, repolho, milho, ervilha, brócolis, couve)	Arroz cozido Feijão cozido Isclas de carne bovina acebolada Salada Maçã	Dia da Consciência Negra	Macarronada de frango Salada de Pepino Abacaxi	Arroz Batata doce Peixe ao forno Salada de alface Ameixa
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	
	350	49g	13g	12g	
		55%	15%	31%	

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

NOVEMBRO/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 Salada de vagem	Arroz cozido Lentilha cozida Carne suína refogada Salada de repolho e cenoura	Cuca simples caseira iogurte Banana	Arroz Strogonoff de carne Salada de beterraba	Arroz Feijão Quibe de forno 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	
	341	49g	12g	11g	
		57%	15%	28%	

ELLY ANA POOTZ BORILLI

NUTRICIONISTA CRN8 5643

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

*Cardápio sujeito a alterações