



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: educacao@saopedrodoiguaçu.pr.gov.br

CARDÁPIO DE ALIMENTAÇÃO DAS ESCOLAS E CMEIs

Data de Atualização: 01/06/2023

Centro Municipal de Educação Infantil Deputado Moacir Micheletto – Cardápio de Junho/2023								
Refeições / Horário	Segunda		Terça	Quarta	Quinta		Sexta	
Café da manhã 8h	chá pão com mateiga		leite bolo de banana simples (sem açúcar)	leite com cacau pão com manteiga	leite biscoito		chá bolacha	
Lanche 09h30	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Almoço 10h30	arroz feijão carne bovina com legumes salada		Arroz Feijão frango ao molho polenta salada	Arroz colorido (couve, vagem e cenoura) feijão carne bovina ao molho salada	arroz feijão carne moída mandioca salada		arroz feijão frango batata doce assada com cenoura e orégano salada	
Lanche 14h	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Janta 15h30	macarrão a bolonhesa molho de carne moída)		sopa de mandioca com carne bovina	sopa de legumes com carne bovina	Sopa de feijão com carne bovina, legumes e macarrão		Sopa de frango Desfiado com legumes e arroz	
Composição nutricional (media da semanal)	Energia kcal	CHO(g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mcg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% A 15% Do VET	15% A 30% DO VET				
	733,48	115g	28g	18g	649,29	36,04	179,59	4,72



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: educacao@saopedrodoiguaçu.pr.gov.br

Centro Municipal de Educação Infantil Rafael Vicente Calixto – Cardápio de Junho/2023

Refeições / Horário	Segunda		Terça	Quarta	Quinta		Sexta	
Café da manhã 8h	chá pão com mateiga		leite bolo de banana simples (sem açúcar)	leite com cacau pão com manteiga	leite biscoito		chá bolacha	
Lanche 09h30	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Almoço 10h30	arroz feijão carne bovina com legumes salada		Arroz Feijão frango ao molho polenta salada	Arroz colorido (couve, vagem e cenoura) feijão carne bovina ao molho salada	arroz feijão carne moída mandioca salada		arroz feijão frango batata doce assada com cenoura e orégano salada	
Lanche 14h	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Janta 15h30	macarrão a bolonhesa (molho de carne moída)		sopa de mandioca com carne bovina	sopa de legumes com carne bovina	Sopa de feijão com carne bovina, legumes e macarrão.		Sopa de frango Desfiado com legumes e arroz	
Composição nutricional (media da semanal)	Energia kcal	CHO(g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mcg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% A 15% Do VET	15% A 30% DO VET				
	733,48	115g	28g	18g	649,29	36,04	179,59	4,72



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: educacao@saopedrodoiguaçu.pr.gov.br

Centro Municipal de Educação Infantil Pequeno Polegar – Cardápio de Junho/2023

Refeições / Horário	Segunda		Terça	Quarta	Quinta		Sexta	
Café da manhã 8h	chá pão com manteiga		leite bolo de banana simples (sem açúcar)	leite com cacau pão com manteiga	leite biscoito		chá bolacha	
Lanche 09h30	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Almoço 10h30	arroz feijão carne bovina com legumes salada		Arroz Feijão frango ao molho polenta salada	Arroz colorido (couve, vagem e cenoura) feijão carne bovina ao molho salada	arroz feijão carne moída mandioca salada		arroz feijão frango batata doce assada com cenoura e orégano salada	
Lanche 14h	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Janta 15h30	macarrão a bolonhesa (molho de carne moída) salada		sopa de mandioca com carne bovina	sopa de legumes com carne bovina	Sopa de feijão com carne bovina, legumes e macarrão		Sopa de frango Desfiado com legumes e arroz	
Composição nutricional (média da semanal)	Energia kcal	CHO(g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mcg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% A 15% Do VET	15% A 30% DO VET				
	733,48	115g	28g	18g	649,29	36,04	179,59	4,72



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: educacao@saopedrodoiguaçu.pr.gov.br

Berçários dos CMEIs – Cardário de Junho/2023

Refeições/ Horário	Segunda-feira		Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da manhã 08h30	mamadeira		mamadeira	mamadeira	mamadeira		mamadeira	
Almoço 10h30min	papa com arroz com carne bovina desfiada e feijão		papa com frango desfiado e polenta e legumes	papa com carne desfiada com legumes e feijão	papa com arroz com molho de carne e feijão		papa com arroz e frango desfiado e feijão	
Lanche 1 12h	mamadeira		mamadeira	mamadeira	mamadeira		mamadeira	
Lanche 2 14h	mamadeira papa de fruta		mamadeira papa de fruta	mamadeira papa de fruta	mamadeira papa de fruta		mamadeira abacate com limão	
Jantar 16h	Sopa de lentilha com carne desfiada e macarrão		Com carne desfiada	Sopa de legumes com macarrão e carne bovina desfiada	Sopa de feijão com carne bovina desfiada e legumes		Sopa de frango Desfiado com legumes e arroz	
Composição nutricional (media da semanal)	Energia kcal	CHO(g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mcg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% A 15% Do VET	15% A 30% DO VET				
	645,15 Kcal	110g	23 g	16 g	206,41	30,41	194,42	4,48



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br

Escola Municipal Presidente Costa e Silva – Cardápio do mês de Junho/2023						
1ª semana						Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15				Risoto de frango com milho Salada	Pão com mateiga chá fruta	Energia (kcal): 164,07 Carboidrato (g): 28,03 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 06,16 Proteína (g): 11,87 Sódio (mg): 134,93
2ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Farrofa com vagem e ovos arroz feijão salada	coxa e sobrecoxa com molho e polenta arroz salada	Sopa macarrão, carne bovina, (cenoura, vagem, tomate, Batatas)	Feriado	Recesso	Energia (kcal): 193,0 Carboidrato (g): 32,75 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,35 Proteína (g): 8,09 Sódio (mg): 195,46
3ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	carne moída com legumes arroz feijão salada	Carne ao molho polenta arroz feijão salada	Carne suína Batata doce arroz feijão salada	Macarronada com legumes e frango salada fruta	Canjica fruta	Energia (kcal): 361,85 Carboidrato (g): 32,62 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 19,68 Proteína (g): 10,60 Sódio (mg): 330,20
4ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Farrofa com carne moída arroz feijão salada	carne bovina ao molho arroz feijão polenta salada	carne suína arroz feijão batata doce / salada	Risoto Salada	Leite com cacau Bolacha caseira Fruta	Energia (kcal): 362,35 Carboidrato (g): 52,10 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,73 Proteína (g): 28,45 Sódio (mg): 395,61



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: educacao@saopedrodoiguaçu.pr.gov.br

5ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Sopa de mandioca com carne arroz salada	Carne bovina Polenta cremosa arroz feijão salada	Pernil suino Batata doce arroz feijão salada	Recesso Padroeiro	Leite com cacau Pão caseiro com nata fruta	Energia (kcal): 340,25 Carboidrato (g): 45,10 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 8,40 Proteína (g): 21,40 Sódio (mg): 360,22



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br

Escola Luz Marina – Cardápio do mês de Junho/2023

1ª semana						Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15				Risoto de frango com milho Salada	carne moída arroz feijão salada	Energia (kcal): 164,07 Carboidrato (g): 28,03 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 06,16 Proteína (g): 11,87 Sódio (mg): 134,93
2ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	carne moída arroz feijão salada	coxa e sobrecoxa com molho e polenta arroz salada	Cha biscoito fruta	Feriado	Recesso	Energia (kcal): 193,0 Carboidrato (g): 32,75 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,35 Proteína (g): 8,09 Sódio (mg): 195,46
3ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	carne moída com legumes arroz feijão salada	Frango ao molho polenta arroz feijão salada	Canjica fruta	Macarronada com frango e legumes salada fruta	Carne suína Batata doce arroz feijão salada	Energia (kcal): 523,80 Carboidrato (g): 56,48 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 19,68 Proteína (g): 29,36 Sódio (mg): 835,38
4ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	macarrão carne moída salada	carne bovina ao molho arroz feijão polenta salada	Leite com cacau Bolacha caseira Fruta	Sopa de legumes com carne e macarrão	carne suína arroz feijão batata doce salada	Energia (kcal): 551,37 Carboidrato (g): 72,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 15,78 Proteína (g): 29,55 Sódio (mg): 831,74



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: educacao@saopedrodoiguaçu.pr.gov.br

5ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Carne moída com Legumes arroz feijão salada	Carne bovina com mandioca arroz feijão polenta salad	Leite com cacau Pão caseiro com nata fruta	Recesso Padroeiro	Pernil suíno Batata doce arroz feijão salada	Energia (kcal): 551,37 Carboidrato (g): 72,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 15,78 Proteína (g): 29,55 Sódio (mg): 831,74

10



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: educacao@saopedrodoiguacu.pr.gov.br

Escola Municipal Rural São Judas Tadeu – Cardápio do mês de Maio/2023						
1ª semana						Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15				Risoto de frango com milho Salada	carne moída arroz feijão salada	Energia (kcal): 164,07 Carboidrato (g): 28,03 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 06,16 Proteína (g): 11,87 Sódio (mg): 134,93
2ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	carne moída arroz feijão salada	coxa e sobrecoxa com molho e polenta arroz salada	Cha biscoito fruta	Feriado	Recesso	Energia (kcal): 193,0 Carboidrato (g): 32,75 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,35 Proteína (g): 8,09 Sódio (mg): 195,46
3ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	carne moída com legumes arroz feijão salada	Carne ao molho polenta arroz feijão salada	Canjica fruta	Macarronada com frango e legumes salada fruta	Carne suína Bataat doce arroz feijão salada	Energia (kcal): 523,80 Carboidrato (g): 56,48 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 19,68 Proteína (g): 29,36 Sódio (mg): 835,38
4ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	macarrão carne moída salada	carne bovina ao molho arroz feijão polenta salada	Leite com cacau Bolacha caseira Fruta	Sopa de legumes com carne e macarrão	carne suína arroz feijão batata doce salada	Energia (kcal): 551,37 Carboidrato (g): 72,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 15,78 Proteína (g): 29,55 Sódio (mg): 831,74

9



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO PEDRO DO IGUAÇU – ESTADO DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES

Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8000 E-mail: educacao@saopedrodoiguaçu.pr.gov.br

5ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Carne moída com Legumes arroz feijão salada	Carne bovina com mandioca arroz feijão polenta salada	Leite com cacau Bolacha caseira Fruta	Recesso Padroeiro	Pernil suíno Batata doce arroz feijão salada	Energia (kcal): 551,37 Carboidrato (g): 72,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 15,78 Proteína (g): 29,55 Sódio (mg): 831,74

Simone Aparecida Lima - Nutricionista - CRN8: 3333