

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: 02/06/2025

Centr	o Municip	al de Educ	cação Infantil Depu	tado Moacir Micheletto	– Cardápi	o de Junho	/2025	
Refeições / Horário	Segui	nda	Terça	Quarta	Qui	nta	Se	xta
Café da manhã 8h	Cl Pão case Mat		Leite com cacau Pão caseiro Com nata	Leite com cacau Pão caseiro Com manteiga	Leite com cacau Pão com nata		Pão o	om cacau caseiro nanteiga
Lanche 09h30	Frı	ıta	Fruta	Fruta	Fruta		Fı	ruta
Almoço 10h30	Carne mo legu Arı Fei Sal	mes oz jão	Frango ao molho Polenta Arroz Feijão Salada	Peixe assado com legumes Purê de batatas Arroz Feijão Salada	Carne suina Batata doce Arroz Feijão Salada		legumes A: Fe	fiado (mix de , tempero) rroz sijão lada
Lanche 14h	Frı	ıta	Fruta	Fruta	Fı	ruta	Fı	ruta
Janta 15h30	Macarrão a Repo		Arroz temperado com carne moída e legumes Saladas	Risoto de Carne Desfiada com Legumes (Milho, ervilha, cenoura, temperos) Salada	Polenta cremosa Carne ao molho mix de salada			no de frango de uva
Composição nutricional (media da semanal)	Energia kcal	CHO(g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% A15% Do VET	LPD (g) 15% A 30% DO VET	Vit. A Vit. C (mcg)		Ca (mg)	Fe (mg)
	722,55	125g	32g	17g	649,29	36,04	179,59	4,72



Ce	ntro Mur	icipal de E	ducação Infantil Ra	fael Vicente Calixto-C	ardápio	de Junho/2	025	
Refeições / Horário	Segu	ında	Terça	Quarta	Q	uinta	Sex	ta
Café da manhã 8h	Pão c	Thá caseiro mateiga	Leite com cacau Pão caseiro Com nata	Leite com cacau Pão caseiro com Manteiga	Pão	com cacau o caseiro om nata	Pão c	m cacau aseiro anteiga
Lanche 09h30	Fr	ruta	Fruta	Fruta		Fruta	Fr	uta
Almoço 10h30	lego Ai Fe	oida com imes roz ijão lada	Frango ao molho Polenta Arroz Feijão Salada	Peixe assado com legumes Purê de batatas Arroz Feijão Salada	Bar	rne suina tata doce Arroz Feijão Salada	legumes, Ar Fei	iado (mix de tempero) roz jão ada
Lanche 14h	Fı	ruta	Fruta	Fruta		Fruta	Fr	uta
Janta 15h30	Com frang	io caseiro go ao molho lada	Arroz temperado com carne moída e legumes Saladas	Risoto de Carne Desfiada com Legumes (Milho, ervilha, cenoura, temperos) Salada	Polenta cremosa Carne ao molho mix de salada		Enroladinh Suco	o de frango de uva
Composição nutricional (media da semanal)	Energia kcal	CHO(g) 55% a 65% do VET 125g	PTN (g) 10% A15% Do VET 32g	LPD (g) 15% A 30% DO VET 17g	Vit. A Vit. C (mcg) (mcg) 36,04		Ca (mg)	Fe (mg)



	Centro Municipal de Educação Infantil Pequeno Polegar-Cardápio de Junho/2025											
Refeições / Horário	Segui	nda	Terça	Quarta	Quir	nta	Sexta	a				
Café da manhã 8h	Ch Pão ca com ma	seiro	Leite com cacau Pão caseiro Com nata	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com nata		Leite com cacau Pão caseiro com manteiga					
Lanche 09h30	Fru	ta	Fruta	Fruta	Fruta		Fruta		Fruta	ì		
Almoço	Carne mo legur Arro	nes	Frango ao molho Polen Arroz Feijão	Peixe assado com legumes Purê de batatas Arroz	Carne suina Batata doce		Batata doce				Frango desfiad legumes, te Arro	mpero)
10h30	Feijão Salada		Salada	Feijão Salada	Feijão Salada		Feijã Salad	0				
Lanche 14h	Fru	ta	Fruta	Fruta	Fru	ta	Fruta	a e				
Janta 15h30	Macarrão Com frango Sala	ao molho	Arroz temperado com carne moída e legumes Saladas	Risoto de Carne Desfiada com Legumes (Milho, ervilha, cenoura, temperos) Salada	Polenta cremosa Carne ao molho mix de salada		Enroladinho e Suco de	C				
Composição nutricional (media da semanal)	Energia kcal	55% a 65% do VET	PTN (g) 10% A15% Do VET	LPD (g) 15% A 30% DO VET	Vit. A Vit. C (mcg)		Ca (mg)	Fe (mg)				
	722,55	125g	32g	17g	649,29	36,04	179,59	4,72				



			Berçarios dos CMEI	s – Cardápio de Jun	ho/2025			
Refeições/ Horário	Segunda	ı-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quint	a-feira	Sexta-f	eira
Café da manhã 08h30	Mamad	deira	Mamadeira	Mamadeira	Mam	adeira	Mamad	eira
Almoço 10h30min	Carne moida c Arroz am Caldo de Salad	assado feijão	Frango desfiado ao molho Polenta Arroz amassado Caldo de Feijão Salada	File de Peixe assado Com legumes Purê de batatas Arroz amassado Caldo de feijão Salada	Carne suina desfiada Batata doce amassada Arroz amassado Caldo de feijão Salada		Frango de (mix de legume Arroz ama Caldo de Salac	es, tempero) assado feijão
Lanche 1 12h	Mamad	deira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira		Mamad	eira
Lanche 2 14h	Mamac papa de		Mamadeira papa de fruta	Mamadeira papa de fruta		adeira e fruta	Mamad Papa de	
Jantar 16h	Macarrão Com frango Salad	ao molho	Sopa de carne e legumes	Risoto de Carne Desfiada com Legumes	Polenta cremosa Carne ao molho mix de salada		Canja de legum	
		CHO(g)	PTN	LPD	Vit. A Vit. C			
Composição	Energia		(g)	(g)			Ca	Fe
nutricional	kcal	55% a 65%	10% A15%	15% A 30%	(mcg)	(mcg)	(mg) (mg)	
(media da semanal)		do VET	Do VET	DO VET	` ' ' ' ' '	\ <i>U</i> /		
	610,30 Kcal	111g	28 g	16 g	206,41	30,41	194,42	4,48



	Escola Municipa	al Presidente Costa e	Silva – Cardápio	de Junho/2025		
	•	1ª sema	ına			Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Arroz temperado com carne moída e legumes Saladas	Frango Polenta Arroz Feijão Salada	Carne suina Batata doce Arroz Feijão Salada	Carne bovina Mandioca cozida Arroz Feijão Fruta	Chá Biscoito Fruta	Energia (kcal): 330,00 Carboidrato (g): 38,03 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g):5,18 Proteína (g):9,07 Sódio (mg): 244,06
D C: ~ /II /:		T.			~	
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Carne com legumes Arroz Feijão Salada	Coxa e sobrecoxa Com molho e polenta Arroz Salada	File de tilapia ao Batatas souté Arroz Feijão Salada	Macarrão com frango Ao molho Salada ou legumes Frutas	Torta salgada Suco Frutas	Energia (kcal): 345,00 Carboidrato (g): 36,75 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 10,35 Proteína (g):12,09 Sódio (mg): 265,46
		3ª sema	ına			
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 suina Batata doce Arroz Feijão Salada	Feriado	Recesso	Energia (kcal): 190,10 Carboidrato (g):29,84 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 11,82 Proteína (g): 8,68 Sódio (mg): 140,30
		4ª sema	ına			
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Farrofa com Carne e legumes Arroz Feijão Salada	Carne bovina ao molho Arroz Feijão Polenta Salada	Carne suina assada Batata doce Arroz/feijão Salada Frutas	File de tilapia assada E Legumes Arroz Feião Salada Frutas	Sagu com creme Fruta	Energia (kcal): 333,08 Carboidrato (g): 52,10 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,73 Proteína (g): 28,45 Sódio (mg): 330,67



5 ^a semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Macarrão caseiro Com frango ao molho Salada					Energia (kcal): 128,10 Carboidrato (g): 19,10 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g)3,95 Proteína (g):6,45 Sódio (mg): 110,62



	Esco	la Luz Marina – Cai	rdápio de Junho/2	025		
		1ª sema	nna			Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Arroz temperado com carne moída e legumes Saladas	Frango Polenta Arroz Feijão Salada	Carne suina Batata doce Arroz Feijão Salada	Carne bovina Mandioca cozida Arroz Feijão Fruta	Macarrão a bolonhesa Salada Fruta	Energia (kcal): 358,00 Carboidrato (g): 43,03 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g):9,18 Proteína (g):10,05 Sódio (mg): 315,09
		2ªsema	na			
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Carne com legumes Arroz Feijão Salada	Coxa e sobrecoxa ao molho e polenta Arroz Salada	Carne de panela (cubos com legumes) Arroz Feijão Salada	Macarrão com Frango ao molho Salada ou Legume Cozido Frutas	File de tilapia com Batatas Arroz/feijão salada frutas	Energia (kcal): 308,0 Carboidrato (g): 39,98 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 13,60 Proteína (g): 11,09 Sódio (mg): 190,16
		3ª sema	nna			
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	Macarrão a bolonhesa Salada fruta	Feriado	Recesso	Energia (kcal): 90,10 Carboidrato (g):29,84 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 11,82 Proteína (g): 8,68 Sódio (mg): 140,30
		4ª sema				
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Farrofa com Carne Com legumes Arroz Feijão Salada	Carne bovina ao molho Arroz/feijão Polenta Salada	Macarrao com carne moida Salada	File de tilapia assada com legumes Arroz Feijão Salada Frutas	Carne suina assada Batata doce Arroz/feijão Salada Frutas	Energia (kcal): 362,35 Carboidrato (g): 52,10 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,73 Proteína (g): 28,45 Sódio (mg): 395,61



5 ^a semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Macarrão caseiro Com frango ao molho Salada	-				Energia (kcal): 128,10 Carboidrato (g): 19,10 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g)3,95 Proteína (g):6,45 Sódio (mg): 110,62



	Escola Municipa	al Rural São Judas T	Tadeu – Cardápio	de Junho/2025			
	•	1ª sema				Composição nutricional	
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Arroz temperado com carne moída e legumes Saladas	Frango Polenta Arroz Feijão Salada	Chá Bolacha Frutas	Carne bovina com mandioca Arroz Feijão Salada	Macarrão a bolonhesa Salada Frutas	Energia (kcal): 330,00 Carboidrato (g): 38,03 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g):5,18 Proteína (g):9,07 Sódio (mg): 244,06	
		2ªsema	na				
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Carne com legumes Arroz Feijão Salada	Coxa e sobrecoxa com molho e polenta Arroz Salada	Torta salgada Suco frutas	Macarrão com Frango ao molho Salada ou Legume Cozido	File de tilapia Com batata souté Arroz/feijão Salada Frutas	Energia (kcal): 290,00 Carboidrato (g): 36,75 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 10,35 Proteína (g):12,09 Sódio (mg): 265,46	
		3ª sema	ına				
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	Feriado	Recesso	Energia (kcal): 162,10 Carboidrato (g): 22,84 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,82 Proteína (g): 7,68 Sódio (mg): 120,23	
	4 ^a semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Farrofa com Carne e legumes Arroz Feijão Salada	Carne bovina ao molho Arroz Feijão Polenta Salada	Sagu com creme Fruta	File de tilapia assada com legumes Arroz Feijão Salada	Carne suína Arroz/feijão Batata doce Salada Fruta	Energia (kcal): 333,08 Carboidrato (g): 52,10 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,73 Proteína (g): 28,45 Sódio (mg): 330,67	



Rua Niterói – 1225 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR Fone: (45) 3255-8000 E-mail: educacao@saopedrodoiguaçu.pr.gov.br

5 ^a semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Macarrão caseiro Com frango ao molho Salada					Energia (kcal): 128,10 Carboidrato (g): 19,10 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g)3,95 Proteína (g):6,45 Sódio (mg): 110,62

Simone Aparecida Lima - Nutricionista - CRN8: 3333