

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: 01/09/2025

Centro 1	Municipa	l de Educ	ação Infantil Deput	ado Moacir Micheletto	– Cardápio	de Setembr	o/2025			
Refeições / Horário	Segui	nda	Terça	Quarta	Qui	inta	Se	exta		
Café da manhã 8h	Ch Pão con		Leite Pão caseiro com Manteiga	Leite com cacau Pão com nata	Le Pão com	ite manteiga		^t há manteiga		
Lanche 09h30	Fru	ta	Fruta	Fruta	Fruta		Fr	ruta		
Almoço 10h30	Carne mo legu Arro Feiji Salada t	mes OZ ão	Frango ao molho Arroz Feijão Polenta cremosa Salada repolho	Filé de Peixe Arroz Feijão Pure de batata Salada alface	Ar Fei Man	Carne bovina Arroz Feijão Mandioca Salada acelga		Arroz Feijão Mandioca		e suina rroz ijão a doce noura com polho
Lanche 14h	Fru	ta	Fruta	Fruta	Fr	uta	Fr	ruta		
Janta 15h30	Iscas de Arro Sala	oz da	Macarrao com almôndegas Salada	Polenta cremosa e arroz Carne moida Salada	(carne, ceno	Sopa de feijao (carne, cenoura, chuchu, couve e macarrão)		e queijo va integral		
		CHO(g)	PTN (g)	LPD (g)				_		
Composição nutricional (media da semanal)	Energia kcal	55% a 65% do VET	10% A15% Do VET	15% A 30% DO VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mcg)	Ca (mg)	Fe (mg)		
	735,15	55%	27 g	27 g	215,16	36,07	214,07	3,70		



Cent	ro Munici	pal de Edu	cação Infantil Rafa	ael Vicente Calixto –	Cardápio	de Setembro	0/2025	
Refeições / Horário	Segu	ında	Terça	Quarta	Qu	inta	Sex	ta
Café da manhã 8h	cł Pão com		Leite Pão com manteiga	Leite com cacau Pão com manteiga		nite om nata	Ch Pão com 1	
Lanche 09h30	Fr	ıta	Fruta	Fruta	Fruta		Fru	ta
Almoço 10h30	Carne me legi Ari Fei Salada	imes oz jão	Frango ao molho Arroz Feijão Polenta cremosa Salada repolho	Filé de Peixe Arroz Feijão Pure de batata Salada alface	Ar Fe Man	Carne bovina Arroz Feijão Mandioca Salada acelga		suina oz ão doce om repolho
Lanche 14h	Fr	ıta	Fruta	Fruta	Fr	Fruta		ta
Janta 15h30		e frango roz ada	Macarrao com almôndegas Salada	Polenta cremosa/ arroz Carne moida Salada	(carne, ceno	Sopa de feijao (carne, cenoura, chuchu, couve e macarrão).		queijo ra integral
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 (mcg)	Vit. C (mcg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	735,15	55%	27 g	27 g	215,16	36,07	214,07	3,70



(Centro Municipal de Educação Infantil Pequeno Polegar — Cardápio de Setembro/2025									
Refeições / Horário	Segur	ıda	Terça	Quarta	Quin	ta	Sexta			
Café da manhã 8h	Cha Pão com 1		Leite Pão com manteiga	Leite com cacau Pão com manteiga	Leite Pão com m		Chá Pão com ma	ınteiga		
Lanche 09h30	Frut	ta	Fruta	Fruta	Fruta		Fruta			
Almoço 10h30	Carne mod legud Arro Feijā Salada to	mes OZ ão	Frango ao molho Arroz Feijão Polenta cremosa Salada repolho	Filé de Peixe Arroz Feijão Pure de batata Salada alface	Carne bovina Arroz Feijão Mandioca Salada acelga		Arroz Feijão		Carne su Arroz Feijão Batata do Cenoura com	oce
Lanche 14h	Frut	ta	Fruta	Fruta	Fruta	a	Fruta			
Janta 15h30	Iscas de Arro Sala	DΖ	Macarrao com almôndegas Salada	Polenta cremosa/ arroz Carne moida Salada	Sopa de feijao (carne, cenoura, chuchu, couve e macarrão).		Pão de qu Suco 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 (mcg)	Vit. C (mcg)	Ca (mg)	Fe (mg)		
	735,15	55%	27 g	27 g	215,16	36,07	214,07	3,70		



			Berçarios dos CME	EIs – Cardário de Seter	nbro/2025					
Refeições/ Horário	Segunda	ı-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quin	ta-feira	Sexta-	feira		
Café da manhã 08h30	Mamao	leira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira		Mamadeira		Mama	deira
Almoço 10h30min	Arroz am Carne bovina caldo de	desfiada e	Papa Com frango desfiado e Polenta Caldo de feijão	Carne desfiada, purê legumes, feijão e arroz amassado	Arroz amassado com molho Carne,feijão e legumes.		Canja de arro desfiadoe ca	_		
Lanche 1 12h	Mamao	leira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira		Mama	deira		
Lanche 2 14h	Mamad Frui		Mamadeira Fruta	Mamadeira Fruta		nadeira ruta	Mama Fru			
Jantar 16h	Sopa de le com carne d macarrão cal	lesfiado e	Creme de lentilha Carne desfiada e Legumes	Sopa de batata cremosa (carne desfiada, cenoura, arroz, chuchu)	Carne desfiada Polenta cremosa Caldo de feijão		Sopa de fe Carne de Legui	sfiada e		
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 (mcg)	Vit. C (mcg)	Ca (mg)	Fe (mg)		
	685,15 Kcal	108	25 g	23 g	195,08	38,41	210	3,57		



Es	Escola Municipal Presidente Costa e Silva – Cardápio do mês de Setembro/2025						
		1 ^a sema	ına			Composição nutricional	
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Macarrão com frango Salada	Carne suína Arroz Feijão Batata doce Salada	Filé de peixe Arroz Feijão Mandioca Salada	Moida Macarrão Salada fruta	Biscoito Chá Fruta	Energia (kcal): 564,07 Carboidrato (g): 58,03 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 18,16 Proteína (g): 22,87 Sódio (mg): 464,93	
		2ªsema	na				
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Farofa (moída, ovos, mix de legumes). Arroz Feijão Salada	Coxa e sobrecoxa com molho e polenta Arroz Salada	Carne de panela Mandioca Arroz Feijão saladas	Carne suína Batata doce Arroz Feijão Fruta	Pão com manteiga Leite achocolatado Fruta	Energia (kcal): 593,02 Carboidrato (g): 57,83 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 17,70 Proteína (g): 25,07 Sódio (mg): 595,46	
		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 fruta	Macarronada com frango salada fruta	Arroz doce Fruta	Energia (kcal): 523,80 Carboidrato (g): 56,48 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 19,68 Proteína (g): 29,36 Sódio (mg): 835,38	
		4 ^a sema	nna				
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Macarrão Com almondegas ao molho sugo Salada	Carne bovina ao molho Polenta Arroz Feijão Salada	Carne suína Arroz Feijão Batata doce / Salada	Frango assado com batatas Arroz Feijão Salada	Sagu Creme	Energia (kcal): 551,37 Carboidrato (g): 72,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 15,78 Proteína (g): 29,55 Sódio (mg): 831,74	



	5 ^a semana							
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta			
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Carne moida com Legumes Arroz Feijão Salada	Carne bovina com mandioca Arroz Feijão Polenta Salada				Energia (kcal): 241,32 Carboidrato (g): 32,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,72 Proteína (g): 11,52 Sódio (mg): 431,72		



	Escola Lu	z Marina – Cardáp	io do mês de Setem	bro/2025		
		1ª sen	nana			Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Ouarta	Quinta	Sexta	Média semanal
	Segunda	Carne suína	Filé de peixe	Macarrão com carne	File de peixe com	Energia (kcal): 621,37
Lanche da manhã		Arroz	Arroz	moida	tomate	Carboidrato (g): 62,20
09h35Lanche da tarde	Macarrão com frango	Feijão	Feijão	Salada	Arroz/ feijão	Açúcar adicionado (%):
15h15	Salada	Batata doce	Mandioca	fruta	Salada	Lipídios (g): 13,73 Proteína (g): 27,53
		Salada	Salada		fruta	Sódio (mg): 631,72
		2ªsen	nana			
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
	Farofa		Carne de panela	Carne suína	Almondegas ao	Energia (kcal): 499,80
Lanche da manhã	, ,	Coxa e sobrecoxa com	Mandioca Mandioca	Batata doce	molho sugo	Carboidrato (g): 52,82 Açúcar adicionado (%):
09h35Lanche da tarde 15h15	legumes).	molho e polenta	Arroz	Arroz	Arroz	Lipídios (g): 19,75
13113	Arroz Feijão	Arroz Salada	Feijão	Feijão fruta	Feijão Salada	Proteína (g): 28,07
	Salada	Salada	Saladas	Huta	Fruta	Sódio (mg): 705,23
		3 ^a sem	nana		11000	
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã	Carne moída com	Frango ao molho	Carne com legumes	Macarronada com	Carne suina	Energia (kcal): 511,01 Carboidrato (g): 51,04
09h35Lanche da tarde	legumes Arroz	Polenta Arroz	Arroz	almondegas	Batata doce	Açúcar adicionado (%):
15h15	Feijão	Feijão	Feijão	Salada	Arroz/feijão Salada	Lipídios (g): 14,54
	salada	Salada	Saladas	fruta	fruta	Proteína (g): 24,38
	Salada	4 ^a sen	nana		11444	Sódio (mg): 543, 8
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
,		Carne bovina ao molho	Frango assado com	Carne suína	File de peixe com	Energia (kcal): 551,37
Lanche da manhã	Macarrão	Polenta	batatas	Mandioca	tomate	Carboidrato (g): 72,30
09h35Lanche da tarde	Com almondegas ao molho sugo	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz/feijão	Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 15,78
15h15	Salada	Feijão	Feijão	Feijão	Salada	Proteína (g): 29,55
	Salaua	Salada	Salada	fruta	Fruta	Sódio (mg): 831,74



5 ^a semana							
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Carne moida com Legumes Arroz Feijão Salada	Carne bovina com mandioca Arroz Feijão Polenta Salada				Energia (kcal): 241,32 Carboidrato (g): 32,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,72 Proteína (g): 11,52 Sódio (mg): 431,72	



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

Es	cola Municipal Ru	ral São Judas Tadeu	– Cardápio do m	ês de Setembro/202	5	
		1 ^a sema	ana			Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Macarrão com frango Salada	Carne suína Arroz Feijão Batata doce Salada	Biscoito Chá Fruta	Marcarrão com carne moida Salada Fruta	File de tilapia (batata, cebola, tomate) Arroz Feijão Salada	Energia (kcal): 564,07 Carboidrato (g): 58,03 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 18,16 Proteína (g): 22,87 Sódio (mg): 464,93
		2ªsema	ına			
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Farofa (moída, ovos, mix de legumes). Arroz Feijão Salada	Coxa e sobrecoxa com molho e polenta Arroz Salada	Pão com manteiga Leite achocolatado Fruta	Carne suína Batata doce Arroz Feijão Fruta	Carne de panela Mandioca Arroz Feijão Saladas	Energia (kcal): 593,02 Carboidrato (g): 57,83 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 17,70 Proteína (g): 25,07 Sódio (mg): 595,46
		3 ^a sema	ana			
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	Arroz doce Fruta	Macarronada com frango Salada Fruta	Carne suina Batata doce Arroz/feijão Salada Fruta	Energia (kcal): 523,80 Carboidrato (g): 56,48 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 19,68 Proteína (g): 29,36 Sódio (mg): 835,38
		4 ^a sema	ana			
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Macarrão Com almondegas ao molho sugo Salada	Carne bovina ao molho Arroz Feijão Polenta Salada	Sagu Creme	Frango assado com batatas Arroz Feijão Salada	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



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	Carne moida com Legumes Arroz Feijão Salada	Carne bovina com mandioca Arroz Feijão Polenta Salada				Energia (kcal): 241,32 Carboidrato (g): 32,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,72 Proteína (g): 11,52 Sódio (mg): 431,72

Simone Aparecida Lima - Nutricionista - CRN8: 3333