



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E
ESPORTES**

Rua Niterói – 121 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu –
PRFone: (45) 3255-8004 E-mail: educacaospi@gmail.com

Nutricionista:
Ana Clara Bazei
CRN: 15262/P

**CARDÁPIO ESCOLAR MENSAL OUTUBRO – /2022
CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL DEPUTADO MOACIR MICHELETTO**

Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Café da manhã 08h00	*Leite com cacau *Bolacha salgada	*Chá de camomila *Bolo de laranja sem açúcar	*Leite com cacau *Pão com manteiga	*Chá de erva cidreira *Pão com manteiga	*Vitamina de leite com banana e aveia s/ açúcar
Lanche 09h30	*Maça	*Banana com aveia	*Mamão	*Banana	*Mamão
Almoço 11h00	*Arroz *Feijão carioca *Carne bovina moída *Salada de repolho roxo	*Arroz *Feijão preto *Polenta cremosa *Coxa e sobrecoxa de frango *Salada de alface	*Arroz *Lentilha *Filé de tilápia assado *Purê de batata inglesa *Salada de beterraba	*Arroz *Feijão carioca *Carne moída *Macarrão *Salada de repolho	*Arroz *Feijão preto *Ovos mexidos *Chuchu e cenoura refogados
Lanche 14:00	*Banana	*Melancia	*Banana	*Vitamina de leite com maça s/ açúcar	*Laranja 2x ao mês canjica
Janta: 16h00	*Arroz *Feijão carioca *Carne bovina moída com legumes *Cenoura cozida	*Arroz *Feijão preto *Batata doce cozida *Pernil suíno cozido *Beterraba com chuchu	*Arroz *Mandioca *Carne de boi acém cozido *Repolho com tomate	*Arroz *Lentilha *Frango ao molho com batatas *Couve folha refogada	*Sopa de carne de boi acém, batata inglesa e legumes

*Estas preparações devem ser adaptadas em casos de doença celíaca e intolerância à lactose. Poderão ocorrer substituições devido a problemas de safra, de clima ou com fornecedores.

*Oferecer água no decorrer do dia a todas as crianças.

	SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES Rua Niterói – 121 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR Fone: (45) 3255-8004 E-mail: educacaospi@gmail.com	Nutricionista: Ana Clara Bazei CRN: 15262/P
--	---	--

CARDÁPIO ESCOLAR MENSAL- OUTUBRO/2022
CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL RAFAEL VICENTE CALIXTO

Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Café da manhã 08h00	*Leite com cacau *Bolacha salgada	*Chá de camomila *Bolo de laranja sem açúcar	*Leite com cacau *Pão com manteiga	*Chá de erva cidreira *Pão com manteiga	*Vitamina de leite com banana e aveia s/ açúcar
Lanche 09h30	*Maça	*Banana com aveia	*Mamão	*Banana	*Mamão
Almoço 11h00	*Arroz *Feijão carioca *Carne bovina moída *Salada de repolho roxo	*Arroz *Feijão preto *Polenta cremosa *Coxa e sobrecoxa de frango *Salada de alface	*Arroz *Lentilha *Filé de tilápia assado *Purê de batata inglesa *Salada de beterraba	*Arroz *Feijão carioca *Carne moída *Macarrão *Salada de repolho	*Arroz *Feijão preto *Ovos mexidos *Chuchu e cenoura refogados
Lanche 14:00	*Banana	*Melancia	*Banana	*Vitamina de leite com maça s/ açúcar	*Laranja 2x ao mês canjica
Janta: 16h00	*Arroz *Feijão carioca *Carne bovina moída com legumes *Cenoura cozida	*Arroz *Feijão preto *Batata doce cozida *Pernil suíno cozido *Beterraba com chuchu	*Arroz *Mandioca *Carne de boi acém cozido *Repolho com tomate	*Arroz *Lentilha *Frango ao molho com batatas *Couve folha refogada	*Sopa de carne de boi acém, batata inglesa e legumes

Estas preparações devem ser adaptadas em casos de doença celíaca e intolerância à lactose. Poderão ocorrer substituições devido a problemas de safra, de clima ou com fornecedores.

*Oferecer água no decorrer do dia a todas as crianças.

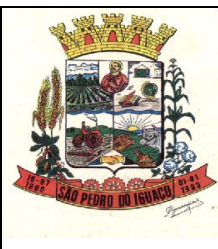
	SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES Rua Niterói – 121 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR Fone: (45) 3255-8004 E-mail: educacaospi@gmail.com	Nutricionista: Ana Clara Bazei CRN: 15262/P
--	---	--

CARDÁPIO ESCOLAR MENSAL- OUTUBRO/2022
CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL PEQUENO POLEGAR

Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Café da manhã 08h00	*Leite com cacau *Bolacha salgada	*Chá de camomila *Bolo de laranja sem açúcar	*Leite com cacau *Pão com manteiga	*Chá de erva cidreira *Pão com manteiga	*Vitamina de leite com banana e aveia s/ açúcar
Lanche 09h30	*Maça	*Banana com aveia	*Mamão	*Banana	*Mamão
Almoço 11h00	*Arroz *Feijão carioca *Carne bovina moída *Salada de repolho roxo	*Arroz *Feijão preto *Polenta cremosa *Coxa e sobrecoxa de frango *Salada de alface	*Arroz *Lentilha *Filé de tilápia assado *Purê de batata inglesa *Salada de beterraba	*Arroz *Feijão carioca *Carne moída *Macarrão *Salada de repolho	*Arroz *Feijão preto *Ovos mexidos *Chuchu e cenoura refogados
Lanche 14:00	*Banana	*Melancia	*Banana	*Vitamina de leite com maça s/ açúcar	*Laranja 2x ao mês canjica
Janta: 16h00	*Arroz *Feijão carioca *Carne bovina moída com legumes *Cenoura cozida	*Arroz *Feijão preto *Batata doce cozida *Pernil suíno cozido *Beterraba com chuchu	*Arroz *Mandioca *Carne de boi acém cozido *Repolho com tomate	*Arroz *Lentilha *Frango ao molho com batatas *Couve folha refogada	*Sopa de carne de boi acém, batata inglesa e legumes

Estas preparações devem ser adaptadas em casos de doença celíaca e intolerância à lactose. Poderão ocorrer substituições devido a problemas de safra, de clima ou com fornecedores.

*Oferecer água no decorrer do dia a todas as crianças.



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E
ESPORTES**

Rua Niterói – 121 – Centro – 85929-000 – São Pedro do
Iguaçu – PR Fone: (45) 3255-8004 E-mail:
educacaospi@gmail.com

Nutricionista:
Ana Clara Bazei
CRN: 15262/P

**CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL-OUTUBRO/2022
BERÇÁRIOS DOS CMEIS**

Refeições/ Horário	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã 08h30min	*Mamadeira *Leite integral	*Mamadeira *Leite integral	*Mamadeira *Leite integral	*Mamadeira *Leite integral	*Mamadeira *Leite integral
Almoço 10h30min	*Arroz *Feijão carioca *Carne bovina moída *Salada de repolho roxo cortados em tiras largas	*Arroz *Feijão preto *Polenta cremosa *Coxa e sobrecoxa de frango *Salada de cenoura	*Arroz *Lentilha *Filé de tilápia assado *Purê de batata inglesa *Salada de beterraba	*Arroz *Feijão carioca *Carne moída *Macarrão *Salada de repolho cortado em tiras largas	*Arroz *Feijão preto *Ovos mexidos *Chuchu e cenoura refogados
Lanche 1 14h00min	*Mamadeira *Leite integral	*Mamadeira *Leite integral	*Mamadeira *Leite integral	*Mamadeira *Leite integral	*Mamadeira *Leite integral
Lanche 2 14h00min	*Banana	*Melancia	*Banana	*Vitamina de leite com maça s/ açúcar	*Laranja 2x ao mês canjica
Jantar 16h00min	*Arroz *Feijão carioca *Carne bovina moída com legumes *Cenoura cozida	*Arroz *Feijão preto *Batata doce cozida *Pernil suíno cozido *Beterraba com chuchu	*Arroz *Mandioca *Carne de boi acém cozido *Repolho com tomate cortados em tiras largas	*Arroz *Lentilha *Frango ao molho com batatas *Couve folha refogada	*Sopa de carne de boi acém, batata inglesa e legumes

*Estas preparações devem ser adaptadas em casos de doença celíaca e intolerância à lactose. Poderão ocorrer substituições devido a problemas de safra, de clima ou com fornecedores.

*Oferecer água no decorrer do dia a todas as crianças

*Carnes pedaços pequenos, para bebês desfiadas.

	SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES Rua Niterói – 121 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PRFone: (45) 3255-8004 E-mail: educacaospi@gmail.com	Nutricionista: Ana Clara Bazei CRN: 15262/P
--	--	--

CARDÁPIO ESCOLAR MENSAL-OUTUBRO /2022
ESCOLA MUNICIPAL PRESIDENTE COSTA E SILVA

1ª semana					
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	*Arroz *Feijão carioca *Carne moída com legumes *Salada de repolho	*Arroz *Polenta cremosa *Coxa e sobrecoxa de frango *Salada de alface *Laranja	*Arroz *Feijão carioca *Pernil suíno cozido *Mandioca *Cenoura com repolho	*Arroz *Peixe assado *Purê de batata inglesa *Maça	*Bolo de laranja *Suco de polpa de frutas
2ª semana					
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	*Arroz *Feijão preto *Carne moída *Salada de repolho roxo *Laranja	*Arroz *Carne de boi acém cozida *Batata inglesa cozida *Beterraba cozida *Banana	12 de outubro Feriado	*Risoto *Arroz *Coxa e sobrecoxa de frango *Mix de legumes *Melancia	*Pão com manteiga *Leite com achocolatado
3ª semana					
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	*Arroz *Feijão carioca *Carne moída *Macarrão *Salada de chuchu	*Arroz *Lentilha *Pernil suíno cozido *Couve refogada *Maça	*Arroz *Canjiquinha *Coxa e sobrecoxa de frango *Repolho com tomate *Banana	*Arroz *Feijão preto *Peixe cozido *Salada de alface *Melancia	*Bolo de fubá *Chá matte
4ª semana					
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	*Arroz *Feijão preto *Carne de boi acém em cubos cozido *Salada de beterraba	*Arroz *Feijão preto *Ovos mexidos com couve *Salada de cenoura *Banana	*Arroz *Lentilha *Frango caipira *Purê de batata doce *Salada de repolho roxo	*Arroz *Feijão carioca *Pernil suíno cozido *Batata inglesa cozida *Melancia	*Vitamina de maça e banana com leite sem açúcar
5ª semana					
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	*Arroz *Feijão preto *Carne moída com legumes *Salada de acelga	*Arroz *Sopa de feijão com macarrão *Salada de alface *Laranja	*Arroz *Polenta cremosa *Peito de frango cozido *Salada de repolho *Maça	*Arroz *Feijão branco *Peixe assado *Salada de tomate *Banana	*Pão com manteiga *Suco de polpa de frutas

	SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES Rua Niterói – 121 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PRFone: (45) 3255-8004 E-mail: educacaospi@gmail.com	Nutricionista: Ana Clara Bazei CRN: 15262/P
--	--	--

CARDÁPIO ESCOLAR MENSAL-OUTUBRO /2022

ESCOLA MUNICIPAL LUZ MARINA

1ª semana					
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	*Arroz *Feijão carioca *Carne moída com legumes *Salada de repolho	*Arroz *Polenta cremosa *Coxa e sobrecoxa de frango *Salada de alface *Laranja	*Arroz *Feijão carioca *Pernil suíno cozido *Mandioca *Cenoura com repolho	*Arroz *Peixe assado *Purê de batata inglesa *Maça	*Bolo de laranja *Suco de polpa de frutas
2ª semana					
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	*Arroz *Feijão preto *Carne moída *Salada de repolho roxo *Laranja	*Arroz *Carne de boi acém cozida *Batata inglesa cozida *Beterraba cozida *Banana	12 de outubro Feriado	*Risoto *Arroz *Coxa e sobrecoxa de frango *Mix de legumes *Melancia	*Pão com manteiga *Leite com achocolatado
3ª semana					
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	*Arroz *Feijão carioca *Carne moída *Macarrão *Salada de chuchu	*Arroz *Lentilha *Pernil suíno cozido *Couve refogada *Maça	*Arroz *Canjiquinha *Coxa e sobrecoxa de frango *Repolho com tomate *Banana	*Arroz *Feijão preto *Peixe cozido *Salada de alface *Melancia	*Bolo de fubá *Chá matte
4ª semana					
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	*Arroz *Feijão preto *Carne de boi acém em cubos cozido *Salada de beterraba	*Arroz *Feijão preto *Ovos mexidos com couve *Salada de cenoura *Banana	*Arroz *Lentilha *Frango caipira *Purê de batata doce *Salada de repolho roxo	*Arroz *Feijão carioca *Pernil suíno cozido *Batata inglesa cozida *Melancia	*Vitamina de maça e banana com leite sem açúcar
5ª semana					
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	*Arroz *Feijão preto *Carne moída com legumes *Salada de acelga	*Arroz *Sopa de feijão com macarrão *Salada de alface *Laranja	*Arroz *Polenta cremosa *Peito de frango cozido *Salada de repolho *Maça	*Arroz *Feijão branco *Peixe assado *Salada de tomate *Banana	*Pão com manteiga *Suco de polpa de frutas

	SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES Rua Niterói – 121 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PRFone: (45) 3255-8004 E-mail: educacaospi@gmail.com	Nutricionista: Ana Clara Bazei CRN: 15262/P
---	--	--

CARDÁPIO ESCOLAR MENSAL-OUTUBRO /2022

ESCOLA MUNICIPAL RURAL SÃO JUDAS

1ª semana

Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	*Arroz *Feijão carioca *Carne moída com legumes *Salada de repolho	*Arroz *Polenta cremosa *Coxa e sobrecoxa de frango *Salada de alface *Laranja	*Arroz *Feijão carioca *Pernil suíno cozido *Mandioca *Cenoura com repolho	*Arroz *Peixe assado *Purê de batata inglesa *Maça	*Bolo de laranja *Suco de polpa de frutas

2ª semana

Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	*Arroz *Feijão preto *Carne moída *Salada de repolho roxo *Laranja	*Arroz *Carne de boi acém cozida *Batata inglesa cozida *Beterraba cozida *Banana	12 de outubro Feriado	*Risoto *Arroz *Coxa e sobrecoxa de frango *Mix de legumes *Melancia	*Pão com manteiga *Leite com achocolatado

3ª semana

Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	*Arroz *Feijão carioca *Carne moída *Macarrão *Salada de chuchu	*Arroz *Lentilha *Pernil suíno cozido *Couve refogada *Maça	*Arroz *Canjiquinha *Coxa e sobrecoxa de frango *Repolho com tomate *Banana	*Arroz *Feijão preto *Peixe cozido *Salada de alface *Melancia	*Bolo de fubá *Chá mate

4ª semana

Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	*Arroz *Feijão preto *Carne de boi acém em cubos cozido *Salada de beterraba	*Arroz *Feijão preto *Ovos mexidos com couve *Salada de cenoura *Banana	*Arroz *Lentilha *Frango caipira *Purê de batata doce *Salada de repolho roxo	*Arroz *Feijão carioca *Pernil suíno cozido *Batata inglesa cozida *Melancia	*Vitamina de maça e banana com leite sem açúcar

5ª semana

Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	*Arroz *Feijão preto *Carne moída com legumes *Salada de acelga	*Arroz *Sopa de feijão com macarrão *Salada de alface *Laranja	*Arroz *Polenta cremosa *Peito de frango cozido *Salada de repolho *Maça	*Arroz *Feijão branco *Peixe assado *Salada de tomate *Banana	*Pão com manteiga *Suco de polpa de frutas