



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

CARDÁPIO DE ALIMENTAÇÃO DAS ESCOLAS E CMEIs

Data de Atualização: 01/12/2023

Centro Municipal de Educação Infantil Deputado Moacir Micheletto – Cardápio de Dezembro /2023								
Refeições / Horário	Segunda		Terça	Quarta	Quinta		Sexta	
Café da manhã 8h	chá pão caseiro com mateiga		Leite com cacau Pão de milho	leite com cacau pão de forma com manteiga	Leite com cacau Biscoitos		Leite com cacau bolachas	
Lanche 09h30	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Almoço 10h30	Carne moída com legumes arroz feijão salada		Frango ao molho polenta Arroz Feijão salada	picadinho de carne Arroz, lentilha, legumes refogado, salada de tomate	Peixe ao molho Batata arroz feijão salada		File de frango com legumes arroz feijão salada	
Lanche 14h	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Janta 15h30	Macarrão com carne moída Salada		Panqueca de frango Repolho com tomate	Suco de uva Pão de queijo	Pão com nata chá		Torta salgada Suco fruta	
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				
	683,60	110g	25g	15g	589,66	54,00	140,59	3,22



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@saopedrodoiguaçu.pr.gov.br

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

Refeições / Horário	Segunda		Terça	Quarta	Quinta		Sexta	
Café da manhã 8h	chá pão caseiro com mateiga		Leite com cacau Pão de milho	leite com cacau pão de forma com manteiga	Leite com cacau biscoito		Leite com cacau bolacha	
Lanche 09h30	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Almoço 10h30	Carne moida com legumes arroz feijão salada		Frango ao molho polenta Arroz Feijão salada	picadinho de carne Arroz, lentilha, legumes refogado, salada de tomate	Peixe ao molho Batata arroz feijão salada		File de frango com legumes arroz feijão salada	
Lanche 14h	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Janta 15h30	Macarrão com carne moida salada		Panqueca de frango Repolho com tomate	Suco de uva Pão de queijo	Pão com nata chá		Torta salgada Suco fruta	
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% A15% Do VET	15% A 30% DO VET				
		683,60	110g	25g				
					589,66	54,00	140,59	3,22



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@saopedrodoiguaçu.pr.gov.br

Centro Municipal de Educação Infantil Pequeno Polegar – Cardápio de Dezembro /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	Carne moída com legumes arroz feijão salada		frango ao molho polenta Arroz Feijão salada	picadinho de carne Arroz, lentilha, legumes refogado, salada de tomate	Peixe ao molho Batata arroz feijão salada		File de frango com legumes arroz feijão salada	
Lanche 14h	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Janta 15h30	Macarrão com carne moída salada		Panqueca de frango Repolho com tomate	Suco de uva Pão de queijo	Pão com nata chá		Torta salgada Suco fruta	
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				
		683,60	110g g	25g				
				15g	589,66	54,00	140,59	3,22



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

Berçários dos CMEIs – Cardário de Dezembro/2023

Berçarios dos CMEIs – Cardário de Dezembro/2023								
Refeições/ Horário	Segunda-feira		Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da manhã08h30	mamadeira		mamadeira	mamadeira	mamadeira		mamadeira	
Almoço 10h30min	Sopa (macarrão, carne bovina e legumes) e temperos		papa (canja com arroz e legumes)	Caldo de feijão Com macarrão E legumes	Creme de lentilha com caldo de carne		papa de arroz, carne desfiado com 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 fruta raspada	
Jantar 16h	Caldo de feijão, Carne desfiada. Macarrão		Macarrão com frango desfiado alface	Polenta com molho de carne moida	Purê de batata com carne desfiada			
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% A15% Do VET	15% A 30% DO VET				
	590,20 Kcal	104g	21 g	11 g	202,15	24,14	158,49	3,88



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 Dezembro/2023						
1ª semana						Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15					Chá Biscoito fruta	Energia (kcal): 60,00 Carboidrato (g): 08,04 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 00,05 Proteína (g): 04,07 Sódio (mg): 07,03
2ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Farofa com carne molda arroz feijão salada	Carne ao molho com molho e polenta arroz salada	Macarrão a bolonhesa feijão salada	Frango assado Crocante com ervas arroz feijão salada	Pão com nata Chá Fruta	Energia (kcal): 199,0 Carboidrato (g): 33,98 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 11,45 Proteína (g): 10,09 Sódio (mg): 195,16
3ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	carne moída com legumes arroz feijão salada	Carne ao molho polenta arroz feijão salada	Carne suína batata arroz feijão salada	Macarronada ao sugo Carne bovina salada fruta	canjica fruta	Energia (kcal): 293,10 Carboidrato (g): 32,74 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 19,50 Proteína (g): 10,90 Sódio (mg): 320,20
4ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Carne moída com batata arroz feijão salada	Picadinho de carne arroz feijão polenta salada	Macarrão com Frango Salada	Carne com legumes Arroz, feijão, Salada de alface	Sagu com creme Fruta	Energia (kcal): 335,35 Carboidrato (g): 37,20 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 6,76 Proteína (g): 19,79 Sódio (mg): 358,23



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 Dezembro/2023						
1ª semana						Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15					Chá Biscoito fruta	Energia (kcal): 75,03 Carboidrato (g): 08,04 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 03,06 Proteína (g): 08,17 Sódio (mg): 95,33
2ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Farofa com carne molda arroz feijão salada	coxa e sobrecoxa com molho e polenta arroz salada	Bolacha Iogurte	Frango assado Crocante com ervas arroz feijão salada	Macarrão a bolonhesa Salada	Energia (kcal): 199,0 Carboidrato (g): 33,98 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 11,45 Proteína (g): 10,09 Sódio (mg): 195,16
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	Leite Pão com manteiga	Macarronada ao sugo Carne bovina salada fruta	Carne suína batata arroz feijão salada	Energia (kcal): 303,10 Carboidrato (g): 38,76 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 19,55 Proteína (g): 11,95 Sódio (mg): 330,20
4ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Carne moída com batata arroz feijão salada	carne arroz feijão polenta salada	Sagu com creme Fruta	Carne com legumes Arroz, feijão, Salada de alface	Macarrão com Frango Salada	Energia (kcal): 335,35 Carboidrato (g): 37,20 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 6,76 Proteína (g): 19,79 Sódio (mg): 358,23



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 Dezembro/2023						
1ª semana						Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15					Carne suina batata caramelada arroz feijão salada	Energia (kcal): 75,03 Carboidrato (g): 08,02 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 03,06 Proteína (g): 08,17 Sódio (mg): 95,33
2ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Farofa com carne molda arroz feijão salada	Carne ao molho e polenta arroz salada	Cha biscoito fruta	Frango assado Crocante com ervas arroz feijão salada	Macarrão a bolonhesa Salada	Energia (kcal): 199,0 Carboidrato (g): 33,98 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 11,45 Proteína (g): 10,09 Sódio (mg): 195,16
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	Leite Pão com manteiga	Macarronada com frango e legumes salada fruta	Carne suina batata arroz feijão salada	Energia (kcal): 303,10 Carboidrato (g): 38,76 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 19,55 Proteína (g): 11,95 Sódio (mg): 330,20
4ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Carne moída com batata arroz feijão salada	Picadinho de carne arroz feijão polenta salada	Sagu com creme Fruta	Carne com legumes Arroz, feijão, Salada de alface	Macarrão com Frango Salada	Energia (kcal): 335,35 Carboidrato (g): 37,20 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 6,76 Proteína (g): 19,79 Sódio (mg): 358,23

Simone Aparecida Lima - Nutricionista - CRN8: 3333