



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: 01/03/2024

Centro Municipal de Educação Infantil Deputado Moacir Micheletto – Cardápio de Março /2024								
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	Biscoito		Fruta	Biscoito de polvilho	Fruta		Biscoito	
Almoço 10h30	Carne moída com legumes arroz feijão salada		Feijão arroz Purê de batata com carne moída Salada Legume Refogado	Feijão arroz Picadinho de carne bovina em cubos refogada Salada repolho com cenoura ralada	Escondidinho de batata com Carne Moída Salada ou Legume Refogado		Feijão Arroz frango em desfiado Polenta cremosa com legumes salada	
Lanche 14h	fruta		Bolo	fruta	Biscoito		Vitamina de fruta	
Janta 15h30	Risoto Repolho com tomate		Vaca atolada (carne e mandioca) Arroz Salada	Arroz Omelete de forno Salada ou Legumes Refogado	Panqueca de carne arroz salada		Pão de queijo Suco ou chá	
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				
	653,20	90g	16g	8g	318,66	42,00	90,59	0,92



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

Centro Municipal de Educação Infantil Rafael Vicente Calixto – Cardápio de Março /2024

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 bolo de cenoura com aveia uva passa	Leite com cacau biscoito		Leite com cacau bolacha	
Lanche 09h30	Biscoito		fruta	Biscoito de polvilho	fruta		Biscoito	
Almoço 10h30	Carne moída com legumes arroz feijão salada		Feijão arroz Purê de batata com carne moída Salada Legume Refogado	Feijão arroz Picadinho de carne bovina em cubos refogada Salada repolho com cenoura ralada	Feijão Arroz Escondidinho de batata com Carne Moída Salada ou Legume Refogado		Feijão Arroz frango em desfiado Polenta cremosa legumes salada	
Lanche 14h	fruta		Bolo	fruta	Biscoito		Vitamina de fruta	
Janta 15h30	Risoto Repolho com tomate		Vaca atolada (carne e mandioca) Arroz Salada	Arroz Omelete de forno Salada ou Legumes Refogado	Panqueca de carne arroz salada		Pão de queijo Suco ou chá	
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				
	653,20	90g	16g	8g	318,66	42,00	90,59	0,92



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

Centro Municipal de Educação Infantil Pequeno Polegar – Cardápio de Março/2024

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 bolo de cenoura com aveia uva passa	leite biscoito	chá bolacha			
Lanche 09h30	Fruta	Fruta	Biscoito de polvilho	Fruta	Biscoito			
Almoço 10h30	Carne moída com legumes arroz feijão salada	Feijão arroz Purê de batata com carne moída Salada Legume Refogado	Feijão Arroz Picadinho de carne cubos refogada Purê de batatas Salada repolho com cenoura ralada	Escondidinho de batata com Carne Moída Salada ou Legume Refogado	Feijão Arroz frango em desfiado Polenta cremosa com legumes salada			
Lanche 14h	fruta	Bolo	fruta	fruta	fruta			
Janta 15h30	Risoto Repolho com tomate	Vaca atolada (carne e mandioca) Arroz Salada	Arroz Omelete de forno Salada ou Legumes Refogado	Panqueca de carne arroz salada	Pão de queijo Suco ou chá			
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				
	653,20	90g g	16g	8g	318,66	42,00	90,59	0,92



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 – Cardápio de Março/2024

Refeições/ Horário	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira			
Café da manhã 08h30	mamadeira	mamadeira	mamadeira	mamadeira	mamadeira			
Lanche 1	Fruta amassada ou raspada	Fruta amassada ou raspada	Fruta amassada ou raspada	Fruta amassada ou raspada	Fruta amassada ou raspada			
Almoço 10h30min	Sopa (macarrão, carne bovina e legumes) e temperos	Caldo de feijão e Purê de batata com carne moída Legume Refogado amassada	Caldo de feijão Com macarrão E legumes	Creme de lentilha com caldo de carne	papa de arroz, carne desfiado com feijão			
Lanche 2 14h	mamadeira papa de fruta	mamadeira papa de fruta	mamadeira papa de fruta	mamadeira papa de fruta	mamadeira fruta raspada			
Jantar 15h30 m	Caldo de feijão, Carne desfiada. Macarrão	Vaca atolada (carne desfiada e mandioca amassada) Arroz Salada	Caldo de feijão Arroz Omelete de forno Salada ou Legumes amassado	Purê de batata com carne ao molho desfiada	Canja de arroz com legumes frango em desfiado			
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 de Março/2024							
1ª semana						Composição nutricional	
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15					Iogurte Biscoito fruta	Energia (kcal):30,00 Carboidrato (g): 03,04 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 00,05 Proteína (g):06,07 Sódio (mg): 05,03	
2ª semana							
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Farofa com carne moida arroz feijão salada	Carne ao molho com molho e polenta arroz salada	Macarrão a bolonhesa feijão salada	Peixe com Legumes arroz feijão salada	Pão com nata Chá Fruta	Energia (kcal):179,0 Carboidrato (g): 31,98 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	arroz farofa com ovos feijão salada	Macarronada com frango e legumes salada	Carne suína batata arroz feijão salada	Carreteiro salada fruta	canjica fruta	Energia (kcal): 310,20 Carboidrato (g): 24,73 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 12,52 Proteína (g): 9,99 Sódio (mg): 299,30	
4ª semana							
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Carne moida com batata arroz feijão salada	Carne ao molho Polenta arroz feijão salada	Macarrão com Frango Salada	Carne com legumes Arroz, feijão, Salada	Sagu com creme Fruta	Energia (kcal): 315,35 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 de Março /2024						
1ª semana						Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15					Risoto salada	Energia (kcal): 55,03 Carboidrato (g): 09,02 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 04,06 Proteína (g): 08,17 Sódio (mg): 95,33
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Farofa com carne moida arroz feijão salada	Carne ao molho e polenta arroz salada	Bolacha Iogurte fruta	Peixe Legumes arroz feijão salada	Macarrão a bolonhesa Salada	Energia (kcal):179,0 Carboidrato (g): 31,98 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	arroz farofa com ovos feijão salada	Macarronada com frango e legumes salada	Pão com nata Chá fruta	Carreteiro salada	Carne suína batata arroz feijão salada	Energia (kcal): 310,20 Carboidrato (g): 24,73 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 12,52 Proteína (g): 9,99 Sódio (mg): 299,30
4ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Carne moída com batata arroz feijão salada	Carne ao molho Polenta arroz feijão salada	Sagu com creme Fruta	Carne com legumes Arroz, feijão, Salada	Macarrão com Frango Salada	Energia (kcal): 315,35 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 de Março/2024						
1ª semana						Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15					Risoto salada	Energia (kcal): 55,03 Carboidrato (g): 09,02 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 04,06 Proteína (g): 08,17 Sódio (mg): 95,33
2ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Farofa com carne moida arroz feijão salada	Carne ao molho e polenta arroz salada	Bolacha Iogurte Fruta	Peixe assado com Legumes 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 09h35 Lanche da tarde 15h15	arroz farofa com ovos feijão salada	Macarronada com frango e legumes salada	Pão com nata Chá Fruta	Carreteiro salada	Carne suína batata arroz feijão salada	Energia (kcal): 310,20 Carboidrato (g): 24,73 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 12,52 Proteína (g): 9,99 Sódio (mg): 299,30
4ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Carne moída com batata arroz feijão salada	Carne ao molho Polenta arroz feijão salada	Sagu com creme Fruta	Carne com legumes Arroz, feijão, Salada	Macarrão com Frango Salada	Energia (kcal): 315,35 Carboidrato (g): 37,20 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 6,76 Proteína (g): 19,79 Sódio (mg): 358,23