



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: 31/10/2023

Centro Municipal de Educação Infantil Deputado Moacir Micheletto – Cardápio de Novembro /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	Ovos cozido arroz feijão salada		Frango ao molho polenta Arroz Feijão salada	Carne em cubos acebolada arroz feijão salada	Suina com tomate Batata doce assada arroz feijão salada		Rocambole de carne com recheio de legumes arroz feijão salada	
Lanche 14h	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Janta 15h30	Macarrão com carne moída Alface		Risoto de frango Repolho	Suco de uva Biscoito de polvilho	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% A 15% Do VET	15% A 30% DO VET				
	704,05	108g	24g	13g	609,30	24,00	139,59	2,22



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

Centro Municipal de Educação Infantil Rafael Vicente Calixto – Cardápio de Novembro/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	Ovos cozido arroz feijão salada		Frango ao molho polenta Arroz Feijão salada	Carne em cubos acebolada arroz feijão salada	Suina com tomate Batata doce assada arroz feijão salada		Rocambo de carne com recheio de legumes arroz feijão salada	
Lanche 14h	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Janta 15h30	Macarrão com carne moida Alface		Risoto de frango Repolho	Suco de uva Biscoito de polvilho	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% A 15% Do VET	15% A 30% DO VET				
		704,05	108g	24g	609,30	24,00	139,59	2,22



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 Novembro /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	Ovos cozido arroz feijão salada		frango ao molho polenta Arroz Feijão salada	Carne bovina arroz feijão salada	Suína com batata doce arroz feijão salada		Rocambole de carne com recheio de legumes arroz feijão salada	
Lanche 14h	fruta		fruta	fruta	fruta		fruta	
Janta 15h30	Macarrão com carne moida Alface		Risoto de frango Repolho	Suco de uva Biscoito de polvilho	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% A 15% Do VET	15% A 30% DO VET				
	704,05	108g	24g	13g	609,30	24,00	139,59	2,22



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

Berçários dos CMEIs – Cardário de Novembro /2023

Refeições/ Horário	Segunda-feira		Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da manhã 08h30	mamadeira		mamadeira	mamadeira	mamadeira		mamadeira	
Almoço 10h30min	Sopa (arroz, carne bovina e chuchu, temperos) e temperos		papa (fubá com frango desfiado, couve, batata e cenoura)	papa Lentilha carne desfiada E legumes	Molho de carne, Macarrão, (Couve mateiga rasgada em pedaços grande para retirar apos o cocção) salada de tomate		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		Risoto de frango desfiado alface	Polenta com molho de carne moida	Canja com mix de legumes e carne desfiada		Macarrão com molho	
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% A 15% 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@saopedrodoiguaçu.pr.gov.br

Escola Municipal Presidente Costa e Silva – Cardápio do mês de Novembro /2023						
1ª semana						Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15			Carne suína batata caramelada arroz feijão salada	Feriado	Recesso	Energia (kcal): 90,00 Carboidrato (g): 06,04 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 00,12 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	Salada de ovos com legumes e batatas arroz feijão salada	Carne ao molho com molho e polenta arroz salada	File de tilapia ao Forno com legumes arroz feijão salada	Carne suína Batatas doce arroz feijão salada	Pão com nata Chá Fruta	Energia (kcal): 208,0 Carboidrato (g): 36,98 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 12,60 Proteína (g): 12,09 Sódio (mg): 210,16
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	Feriado	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	Farrofa com Carne arroz feijão salada	Picadinho de carne arroz feijão polenta salada	Macarrão Alho e óleo Salada	Arroz, feijão, estrogonoff de carne (nata), batata sauté. Salada de alface	Sagu com creme Fruta	Energia (kcal): 355,35 Carboidrato (g): 42,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 7,73 Proteína (g): 22,79 Sódio (mg): 375,22



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

5ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Macarrão a bolonhesa salada	Carne ao molho Polenta cremosa arroz feijão salada	Carne moída com legumes arroz feijão salada	Arroz, feijão frango em tiras repolho c/ cenoura fruta		Energia (kcal): 292,35 Carboidrato (g): 32,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 6,73 Proteína (g): 18,45 Sódio (mg): 295,61



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 Novembro /2023						
1ª semana						Composição nutricional
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Média semanal
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15			Chá Biscoito fruta	Feriado	Recesso	Energia (kcal): 75,03 Carboidrato (g): 08,04 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 03,06 Proteína (g): 08,17 Sódio (mg): 95,33
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15	Ovos cozido com legumes e batatas arroz feijão salada	coxa e sobrecoxa com molho e polenta arroz salada	Bolacha Iogurte	Carne suína batata caramelada arroz feijão salada	Macarrão a bolonhesa Salada	Energia (kcal): 208,0 Carboidrato (g): 36,98 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 12,60 Proteína (g): 12,09 Sódio (mg): 210,16
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	Feriado	Macarronada ao sugo Carne bovina salada fruta	Frango em cubos acebolado arroz feijão salada	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 09h35Lanche da tarde 15h15	Farrofa com Carne arroz feijão salada	Picadinho de carne arroz feijão polenta salada	Sagu com creme Fruta	Arroz, feijão, estrogonoff de carne (nata), batata sautê. Salada de alface	carne ao molho batata arroz feijão salada	Energia (kcal): 355,35 Carboidrato (g): 42,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 7,73 Proteína (g): 22,79 Sódio (mg): 375,22



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

5ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Macarrão a bolonhesa salada	Carne ao molho Polenta cremosa arroz feijão salada	Leite com Cacau Bolacha Fruta	arroz feijão frango em tiras repolho c/ cenoura fruta		Energia (kcal): 292,35 Carboidrato (g): 32,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 6,73 Proteína (g): 18,45 Sódio (mg): 295,61



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 Novembro/2023						Composição nutricional
1ª semana						Média semanal
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35Lanche da tarde 15h15			Chá Biscoito fruta	Feriado	Recesso	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	Ovos cozido com legumes e batatas arroz feijão salada	Carne ao molho e polenta arroz salada	Cha biscoito fruta	Carne suina batata caramelada arroz feijão salada	Macarrão a bolonhesa Salada	Energia (kcal): 193,0 Carboidrato (g): 32,75 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 9,35 Proteína (g): 8,09 Sódio (mg): 195,46
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	Feriado	Macarronada com frango e legumes salada fruta	Carne suina Batata doce arroz feijão salada	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 09h35Lanche da tarde 15h15	macarrão carne moída salada	Picadinho de carne arroz feijão polenta salada	Sagu com creme Fruta	Sopa de legumes com carne e macarrão	carne ao molho batata arroz feijão salada	Energia (kcal): 355,35 Carboidrato (g): 42,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 7,73 Proteína (g): 22,79 Sódio (mg): 375,22



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

5ª semana						
Refeições / Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Lanche da manhã 09h35 Lanche da tarde 15h15	Carne moída com Legumes arroz feijão salada	Carne bovina arroz feijão polenta salada	Leite com cacau Bolacha caseira Fruta	Arroz, feijão frango em isca e salada de repolho c/ cenoura banana		Energia (kcal): 292,35 Carboidrato (g): 32,30 Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): 6,73 Proteína (g): 18,45 Sódio (mg): 295,61

Simone Aparecida Lima - Nutricionista - CRN8: 3333