



**PREFEITURA MUNICIPAL DE BANDEIRANTES**  
**ESTADO DO PARANÁ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA**  
**Alimentação Escolar**



Cardápios 1 a 3 anos - Bandeirantes/PR

|                |                                 |  |  |
|----------------|---------------------------------|--|--|
| <b>Junho</b>   | <b>Nutrição Diária:</b> 70%     | <b>Categoria:</b> Creche   | <b>Responsável(eis):</b> Thalita Rosa de Souza |
| <b>06 a 10</b> | <b>Faixa Etária:</b> 1 a 3 anos | <b>Refeições:</b> Desjejum/Café da Manhã, Almoço, Lanche da Tarde e Jantar | <b>CRN:</b> 7452                               |
|                | <b>Alunos Atendidos:</b> 450    | <b>Período:</b> 06/06/2022 a 10/06/2022                                    |  |

Escola:

|   | Segunda   | Terça  | Quarta  | Quinta   | Sexta  |                      |                        |                |                |                |                |                |
|---|---|--|---|--|--|----------------------|------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| <b>Desjejum/Café da Manhã</b><br>8:00 h | Leite<br>Energia: 83 kcal   | Leite<br>Energia: 83 kcal  | Leite<br>Energia: 83 kcal   | Leite<br>Energia: 83 kcal  | Leite<br>Energia: 83 kcal  |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Almoço</b><br>10:00 h                | Cebola, Alho, Macarrão, Feijão, cozido e Frango, Assado<br>Energia: 412,86 kcal | Cebola, Alho, Arroz, cozido, Feijão, cozido, Quibe, assado, Beterraba, cozida e Azeite<br>Energia: 313,84 kcal | Cebola, Alho, Arroz, cozido, Feijão, cozido, Peixe, Repolho, e Azeite<br>Energia: 235,76 kcal | Cebola, Alho, Frango, Arroz, cozido, Feijão, cozido e Alface<br>Energia: 197,86 kcal               | Cebola, Alho, Arroz, cozido, Feijão, cozido, Carne, bovina, e Pepino<br>Energia: 189,76 kcal |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Lanche da Tarde</b><br>13:15 h       | Banana<br>Energia: 92 kcal  | Mamão, e Aveia<br>Energia: 263,4 kcal  | Maçã<br>Energia: 56 kcal  | Laranja<br>Energia: 29,6 kcal  | Uva<br>Energia: 53 kcal  |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Jantar</b><br>15:15 h                | Cebola, Alho, Ovo, Polenta, e Cenoura<br>Energia: 147,36 kcal                   | Cebola, Alho, Grão-de-bico, Frango, e Batata, doce<br>Energia: 332,76 kcal                                     | Cebola, Alho, Quirera, Milho, e Frango<br>Energia: 163,16 kcal                                | Cebola, Alho, Lentilha, cozida, Farinha, de milho, Carne, bovina, e Tomate<br>Energia: 392,66 kcal | Cebola, Alho, Mandioca, Tomate, Cenoura, cozida, Cebolinha, e Porco<br>Energia: 210,16 kcal  |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Composição Nutricional</b>           | <b>Energia (kcal)</b>   | <b>CHO (g)</b>   | <b>PTN (g)</b>  | <b>LPD (g)</b>   | <b>Fibras (g)</b>  | <b>Retinol (mcg)</b> | <b>Vitamina C (mg)</b> | <b>Ca (mg)</b> | <b>Fe (mg)</b> | <b>Mg (mg)</b> | <b>Zn (mg)</b> | <b>Na (mg)</b> |
| <b>Média Semanal</b>                    | 701,04  | 121,64   | 29  | 12,24  | 16,53  | 42,44                | 40,73                  | 157,18         | 4,4            | 123,65         | 4,2            | 198,84         |

*Obs.: Caso ocorra a falta de algum alimento que está no cardápio, o mesmo poderá ser substituído por outro de igual valor nutricional. Nos casos dos alérgicos, fazer as preparações separadamente, usando alimentos específicos.*



PREFEITURA MUNICIPAL DE BANDEIRANTES  
ESTADO DO PARANÁ  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA  
Alimentação Escolar



Cardápios 4 a 5 Anos - Bandeirantes/PR

|                 |                                 |  |  |
|-----------------|---------------------------------|--|--|
| <b>Setembro</b> | <b>Nutrição Diária:</b> 20%     | <b>Categoria:</b> Pré-escola (Escolas)                                     | <b>Responsável(eis):</b> Thalita Rosa de Souza<br><br><b>CRN:</b> 7452 |
| <b>12 a 16</b>  | <b>Faixa Etária:</b> 4 a 5 anos | <b>Refeições:</b> Desjejum/Café da Manhã, Almoço, Lanche da Tarde e Jantar |  |
|                 | <b>Alunos Atendidos:</b> 563    | <b>Período:</b> 12/09/2022 a 16/09/2022                                    |  |

Escola:

|  | Segunda  | Terça   | Quarta  | Quinta   | Sexta   |                      |                        |                |                |                |                |                |
|--|--|---|---|--|---|----------------------|------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| <b>Lanche da Manhã</b><br><br><b>09:20 h</b> | Macarrão, Feijão, cozido, Cebola, Alho, Alface, e Frango, Assado | Arroz, cozido, Feijão, cozido, Quibe, assado, Repolho, Cebola, Alho, e Azeite, extra virgem | Arroz, cozido, Feijão, cozido, Beterraba, cozida, Peixe, Cebola, Alho, e Azeite | Cebola, Alho, Lentilha, cozida, Farinha, de milho, Carne, bovina, e Tomate | Cebola, Alho, Mandioca, Tomate, Porco, Cenoura, e Cebolinha |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Lanche da Tarde</b><br><br><b>14:50 h</b> | Energia: 270,7 kcal  | Energia: 270,58 kcal  | Energia: 270,95 kcal  | Energia: 271,67 kcal   | Energia: 269,67 kcal  |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Composição Nutricional</b>                | <b>Energia (kcal)</b>  | <b>CHO (g)</b>  | <b>PTN (g)</b>  | <b>LPD (g)</b>   | <b>Fibras (g)</b>   | <b>Retinol (mcg)</b> | <b>Vitamina C (mg)</b> | <b>Ca (mg)</b> | <b>Fe (mg)</b> | <b>Mg (mg)</b> | <b>Zn (mg)</b> | <b>Na (mg)</b> |
| <b>Média Semanal</b>                         | 270,71   | 42,89   | 9,87  | 6,8  | 5,11  | 15,1                 | 6,09                   | 41,03          | 1,81           | 36,58          | 1,6            | 145,48         |

*Obs.: Caso ocorra a falta de algum alimento que está no cardápio, o mesmo poderá ser substituído por outro de igual valor nutricional. Nos casos dos alérgicos, fazer as preparações separadamente, usando alimentos específicos.*



PREFEITURA MUNICIPAL DE BANDEIRANTES  
ESTADO DO PARANÁ  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA  
Alimentação Escolar



Cardápios 4 a 5 Anos - Bandeirantes/PR

|                 |                                 |   |  |
|-----------------|---------------------------------|---|--|
| <b>Setembro</b> | <b>Nutrição Diária:</b> 30%     | <b>Categoria:</b> Pré-escola (Escolas)                                  | <b>Responsável(eis):</b> Thalita Rosa de Souza |
| <b>12 a 16</b>  | <b>Faixa Etária:</b> 4 a 5 anos | <b>Refeições:</b> Lanche da Manhã e Almoço/<br>Lanche da Tarde e Jantar | <b>CRN:</b> 7452                               |
|                 | <b>Alunos Atendidos:</b> 135    | <b>Período:</b> 12/09/2022 a 16/09/2022                                 |  |

Escola:

|                                  | Segunda  | Terça  | Quarta  | Quinta  | Sexta  |                      |                        |                |                |                |                |                |
|----------------------------------|--|--|---|---|--|----------------------|------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| <b>Lanche da Manhã (09:20 h)</b> | Leite, achocolatado e Biscoito, doce                             | Uva, suco, e Torta de frango   | Leite, de vaca, achocolatado, Pão, e Manteiga, com sal                | Chá, mate, e Biscoito, salgado                                | Chá, mate, e Bolo  |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Lanche da Tarde (14:50 h)</b> | Energia: 121,8 kcal  | Energia: 196,76 kcal   | Energia: 84 kcal  | Energia: 192,18 kcal  | Energia: 143,66 kcal   |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Almoço (11:30 h)</b>          | Cebola, Alho, Feijão, cozido, Azeite, Macarrão, e Frango, Assado | Cebola, Alho, Arroz, cozido, Feijão, cozido, Azeite, Beterraba, cozida e Quibe, Assado | Cebola, Alho, Arroz, cozido, Feijão, cozido, Azeite, Repolho, e Peixe | Cebola, Alho, Arroz, cozido, Feijão, cozido, Frango, e Alface | Cebola, Alho, Arroz, cozido, Feijão, cozido, Pepino, e Carne, bovina |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Jantar (17:00 h)</b>          | Energia: 316,25 kcal   | Energia: 281,76 kcal   | Energia: 256,84 kcal  | Energia: 207,96 kcal  | Energia: 200,16 kcal   |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Composição Nutricional</b>    | <b>Energia (kcal)</b>  | <b>CHO (g)</b>   | <b>PTN (g)</b>  | <b>LPD (g)</b>  | <b>Fibras (g)</b>  | <b>Retinol (mcg)</b> | <b>Vitamina C (mg)</b> | <b>Ca (mg)</b> | <b>Fe (mg)</b> | <b>Mg (mg)</b> | <b>Zn (mg)</b> | <b>Na (mg)</b> |
| <b>Média Semanal</b>             | 400,27   | 59,43  | 13,89   | 11,98   | 7,42   | 14,84                | 9,92                   | 52,37          | 1,92           | 44,83          | 1,93           | 209,62         |

Obs.: Caso ocorra a falta de algum alimento que está no cardápio, o mesmo poderá ser substituído por outro de igual valor nutricional. Nos casos dos alérgicos, fazer as preparações separadamente, usando alimentos específicos.



**PREFEITURA MUNICIPAL DE BANDEIRANTES**  
**ESTADO DO PARANÁ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA**  
**Alimentação Escolar**



**Cardápios 4 a 5 Anos - Bandeirantes/PR**

|                 |                                 |   |  |
|-----------------|---------------------------------|---|--|
| <b>Setembro</b> | <b>Nutrição Diária:</b> 70%     | <b>Categoria:</b> Pré-escola (CMEI's)   | <b>Responsável(eis):</b> Thalita Rosa de Souza |
| <b>12 a 16</b>  | <b>Faixa Etária:</b> 4 a 5 anos | <b>Refeições:</b> Desjejum/Café da Manhã,<br>Almoço, Lanche da Tarde e Jantar | <b>CRN:</b> 7452                               |
|                 | <b>Alunos Atendidos:</b> 195    | <b>Período:</b> 12/09/2022 a 16/09/2022                                       |  |

**Escola:**

|  | Segunda  |                |                | Terça  |                   | Quarta  |                        | Quinta   |                | Sexta  |                |                |
|--|--|----------------|----------------|--|-------------------|---|------------------------|--|----------------|--|----------------|----------------|
| <b>Desjejum/Café da Manhã</b><br><b>8:00 h</b> | Leite, e Biscoito<br>Energia: 376,5 kcal   |                |                | Chá, erva-doce, e Bolo<br>Energia: 252,2 kcal  |                   | Leite, Pão, e Manteiga, com sal<br>Energia: 325,6 kcal  |                        | Chá, camomila, e Biscoito, polvilho<br>Energia: 316,36 kcal  |                | Uva, suco, e Torta de frango<br>Energia: 344,4 kcal  |                |                |
| <b>Almoço</b><br><b>10:00 h</b>                | Cebola, Alho, Feijão, cozido, Azeite, Macarrão, e Frango, Assado<br>Energia: 439,04 kcal |                |                | Cebola, Alho, Arroz, cozido, Feijão, cozido, Azeite, Beterraba, cozida e Quibe, Assado<br>Energia: 314,96 kcal |                   | Cebola, Alho, Arroz, cozido, Feijão, cozido, Azeite, Repolho, e Peixe<br>Energia: 256,84 kcal |                        | Cebola, Alho, Arroz, cozido, Feijão, cozido, Frango, e Alface<br>Energia: 207,96 kcal              |                | Cebola, Alho, Arroz, cozido, Feijão, cozido, Pepino, e Carne, bovina<br>Energia: 200,16 kcal |                |                |
| <b>Lanche da Tarde</b><br><b>13:15 h</b>       | Banana<br>Energia: 73,6 kcal   |                |                | Mamão, e Aveia<br>Energia: 263,4 kcal  |                   | Maçã<br>Energia: 44,8 kcal  |                        | Laranja<br>Energia: 29,6 kcal  |                | Uva<br>Energia: 42,4 kcal  |                |                |
| <b>Jantar</b><br><b>15:15 h</b>                | Cebola, Alho, Cenoura, Polenta, e Ovo, de galinha<br>Energia: 141,76 kcal                |                |                | Cebola, Alho, Cebolinha, Grão-de-bico, Frango, e Batata, doce<br>Energia: 399,36 kcal                          |                   | Cebola, Alho, Quirera, Milho, e Frango<br>Energia: 140,96 kcal                                |                        | Cebola, Alho, Lentilha, cozida, Farinha, de milho, Carne, bovina, e Tomate<br>Energia: 397,16 kcal |                | Cebola, Alho, Mandioca, Porco, e Cenoura, cozida<br>Energia: 191,16 kcal                     |                |                |
| <b>Composição Nutricional</b>                  | <b>Energia (kcal)</b>  | <b>CHO (g)</b> | <b>PTN (g)</b> | <b>LPD (g)</b>   | <b>Fibras (g)</b> | <b>Retinol (mcg)</b>  | <b>Vitamina C (mg)</b> | <b>Ca (mg)</b>   | <b>Fe (mg)</b> | <b>Mg (mg)</b>   | <b>Zn (mg)</b> | <b>Na (mg)</b> |
| <b>Média Semanal</b>                           | 951,64   | 159,5          | 32,15          | 21,57  | 17,6              | 33,92   | 42,29                  | 143,81   | 5,34           | 133,05   | 4,44           | 413,61         |

*Obs.: Caso ocorra a falta de algum alimento que está no cardápio, o mesmo poderá ser substituído por outro de igual valor nutricional. Nos casos dos alérgicos, fazer as preparações separadamente, usando alimentos específicos.*



PREFEITURA MUNICIPAL DE BANDEIRANTES  
ESTADO DO PARANÁ  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA  
Alimentação Escolar



**Cardápios 6 a 10 Anos - Bandeirantes/PR**

|                 |   |   |  |
|-----------------|---|---|--|
| <b>Setembro</b> | <b>Nutrição Diária:</b> 20%                                       | <b>Categoria:</b> Ensino fundamental  | <b>Responsável(eis):</b> Thalita Rosa de Souza |
| <b>12 a 16</b>  | <b>Faixa Etária:</b> 6 a 10 anos<br><b>Alunos Atendidos:</b> 1207 | <b>Refeições:</b> Lanche da Manhã/ Lanche da Tarde<br><b>Período:</b> 12/09/2022 a 16/09/2022 | <b>CRN:</b> 7452                               |

Escola:

|   | Segunda  | Terça   | Quarta  | Quinta   | Sexta   |                      |                        |                |                |                |                |                |
|---|--|---|---|--|---|----------------------|------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| <b>Lanche da Manhã</b><br><b>09:20 h/</b> | Macarrão, Feijão, cozido, Cebola, Alho, Alface, e Frango, Assado | Arroz, cozido, Feijão, cozido, Quibe, assado, Repolho, Cebola, Alho, e Azeite, extra virgem | Arroz, cozido, Feijão, cozido, Beterraba, cozida, Peixe, Cebola, Alho, e Azeite | Cebola, Alho, Lentilha, cozida, Farinha, de milho, Carne, bovina, e Tomate | Cebola, Alho, Mandioca, Tomate, Porco, Cenoura, e Cebolinha |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Lanche da Tarde</b><br><b>14:50 h</b>  | Energia: 299,75 kcal   | Energia: 299,9 kcal   | Energia: 299,92 kcal  | Energia: 300,7 kcal  | Energia: 298,9 kcal   |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Composição Nutricional</b>             | <b>Energia (kcal)</b>  | <b>CHO (g)</b>  | <b>PTN (g)</b>  | <b>LPD (g)</b>   | <b>Fibras (g)</b>   | <b>Retinol (mcg)</b> | <b>Vitamina C (mg)</b> | <b>Ca (mg)</b> | <b>Fe (mg)</b> | <b>Mg (mg)</b> | <b>Zn (mg)</b> | <b>Na (mg)</b> |
| <b>Média Semanal</b>                      | 299,83   | 49,5  | 10,75   | 6,64   | 5,53  | 15,49                | 4,44                   | 42,01          | 1,97           | 39,27          | 1,75           | 163,39         |

*Obs.: Caso ocorra a falta de algum alimento que está no cardápio, o mesmo poderá ser substituído por outro de igual valor nutricional. Nos casos dos alérgicos, fazer as preparações separadamente, usando alimentos específicos.*



PREFEITURA MUNICIPAL DE BANDEIRANTES  
ESTADO DO PARANÁ  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA  
Alimentação Escolar



Cardápios 6 a 10 Anos - Bandeirantes/PR

|                                       |   |   |  |
|---------------------------------------|---|---|--|
| <b>Setembro</b><br><br><b>12 a 16</b> | <b>Nutrição Diária:</b><br>70%<br><br><b>Faixa Etária:</b> 6 a 10 anos<br><br><b>Alunos Atendidos:</b><br>330 | <b>Categoria:</b> Ensino fundamental<br><br><b>Refeições:</b> Lanche da Manhã/Almoço/<br>Lanche da Tarde<br><br><b>Período:</b> 12/09/2022 a 16/09/2022 | <b>Responsável(eis):</b> Thalita Rosa de Souza<br><br><b>CRN:</b> 7452 |
|---------------------------------------|---|---|--|

Escola:

|   | Segunda  | Terça  | Quarta  | Quinta   | Sexta  |                      |                        |                |                |                |                |                |
|---|--|--|---|--|--|----------------------|------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| <b>Lanche da Manhã</b><br><br><b>09:20 h/</b> | Leite, achocolatado e Biscoito<br><br>Energia: 437,4 kcal                                    | Uva, suco e Torta de frango<br><br>Energia: 355,14 kcal  | Leite, achocolatado, Pão, e Manteiga, com sal<br><br>Energia: 356,72 kcal                         | Chá, mate, e Biscoito<br><br>Energia: 262,2 kcal   | Chá, mate, e Bolo<br><br>Energia: 338,8 kcal   |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Almoço</b><br><br><b>11:30 h</b>           | Cebola, Alho, Feijão, cozido, Azeite, Macarrão, e Frango, Assado<br><br>Energia: 543,64 kcal | Cebola, Alho, Arroz, cozido, Feijão, cozido, Azeite, Beterraba, cozida e Quibe, Assado<br><br>Energia: 380,16 kcal | Cebola, Alho, Arroz, cozido, Feijão, cozido, Azeite, Repolho, e Peixe<br><br>Energia: 316,84 kcal | Cebola, Alho, Arroz, cozido, Feijão, cozido, Frango, e Alface<br><br>Energia: 250,56 kcal              | Cebola, Alho, Arroz, cozido, Feijão, cozido, Azeite, Carne, bovina, e Pepino<br><br>Energia: 408,56 kcal |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Lanche da Tarde</b><br><br><b>14:20 h</b>  | Maçã, e Aveia,<br><br>Energia: 101,2 kcal  | Uva, Grão-de-bico, Batata, doce, cozida, Frango, Cebola, e Alho<br><br>Energia: 348,85 kcal                        | Quirera, Milho, Cebola, Alho, Frango, e Tomate<br><br>Energia: 237,55 kcal                        | Lentilha, cozida, Farinha, de milho, Carne, bovina, Tomate, Cebola, e Alho<br><br>Energia: 487,75 kcal | Cebola, Mandioca, cozida, Porco, Cenoura, e Alho,<br><br>Energia: 184,55 kcal                            |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Composição Nutricional</b>                 | <b>Energia (kcal)</b>  | <b>CHO (g)</b>   | <b>PTN (g)</b>  | <b>LPD (g)</b>   | <b>Fibras (g)</b>  | <b>Retinol (mcg)</b> | <b>Vitamina C (mg)</b> | <b>Ca (mg)</b> | <b>Fe (mg)</b> | <b>Mg (mg)</b> | <b>Zn (mg)</b> | <b>Na (mg)</b> |
| <b>Média Semanal</b>                          | 1.001,98   | 159,13   | 34,91   | 25,96  | 17,96  | 39,74                | 28,03                  | 134,99         | 5,17           | 124,73         | 4,48           | 467,95         |

Obs.: Caso ocorra a falta de algum alimento que está no cardápio, o mesmo poderá ser substituído por outro de igual valor nutricional. Nos casos dos alérgicos, fazer as preparações separadamente, usando alimentos específicos.



PREFEITURA MUNICIPAL DE BANDEIRANTES  
ESTADO DO PARANÁ  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA  
Alimentação Escolar



Cardápios EJA - Bandeirantes/PR

|                 |  |   |  |
|-----------------|--|---|--|
| <b>Setembro</b> | <b>Nutrição Diária:</b> 20%  | <b>Categoria:</b> EJA   | <b>Responsável(eis):</b> Thalita Rosa de Souza |
| <b>12 a 16</b>  | <b>Faixa Etária:</b> Acima de 19 anos<br><b>Alunos Atendidos:</b> 50 | <b>Refeições:</b> Lanche<br><b>Período:</b> 12/09/2022 a 16/09/2022 | <b>CRN:</b> 7452                               |

Escola:

|                               | Segunda  | Terça   | Quarta  | Quinta   | Sexta  |                      |                        |                |                |                |                |                |
|-------------------------------|--|---|---|--|--|----------------------|------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| <b>Lanche</b>                 | Macarrão, Feijão, cozido, Cebola, Alho, Alface, e Frango, Assado<br>Energia: 451,54 kcal | Grão-de-bico, Arroz, cozido, Cebola, Alho, e Quibe, assado<br>Energia: 450,7 kcal | Quirera, Milho, Cebola, Alho, Frango, Cenoura, Uva, e Pepino<br>Energia: 451,3 kcal | Lentilha, cozida, Farinha, de milho, Carne, bovina, Tomate, Cebola, e Alho<br>Energia: 451,15 kcal | Macarrão, Carne, bovina, Tomate, extrato, Feijão, cozido, Cebola, e Alho<br>Energia: 449,65 kcal |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Composição Nutricional</b> | <b>Energia (kcal)</b>  | <b>CHO (g)</b>  | <b>PTN (g)</b>  | <b>LPD (g)</b>   | <b>Fibras (g)</b>  | <b>Retinol (mcg)</b> | <b>Vitamina C (mg)</b> | <b>Ca (mg)</b> | <b>Fe (mg)</b> | <b>Mg (mg)</b> | <b>Zn (mg)</b> | <b>Na (mg)</b> |
| <b>Média Semanal</b>          | 450,87   | 80,11   | 20,29   | 6,42   | 11,77  | 1,08                 | 6,89                   | 56,5           | 3,06           | 77,25          | 2,59           | 74,95          |

*Obs.: Caso ocorra a falta de algum alimento que está no cardápio, o mesmo poderá ser substituído por outro de igual valor nutricional. Nos casos dos alérgicos, fazer as preparações separadamente, usando alimentos específicos.*



PREFEITURA MUNICIPAL DE BANDEIRANTES  
ESTADO DO PARANÁ  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA  
Alimentação Escolar



Cardápios Berçários - Bandeirantes/PR

|                 |                                   |  |  |
|-----------------|-----------------------------------|--|--|
| <b>Setembro</b> | <b>Nutrição Diária:</b> 70%       | <b>Categoria:</b> Creche   | <b>Responsável(eis):</b> Thalita Rosa de Souza |
| <b>12 a 19</b>  | <b>Faixa Etária:</b> 7 - 11 meses | <b>Refeições:</b> Desjejum/Café da Manhã, Almoço, Lanche da Tarde e Jantar | <b>CRN:</b> 7452                               |
|                 | <b>Alunos Atendidos:</b> 194      | <b>Período:</b> 12/09/2022 a 16/09/2022                                    |  |

Escola:

|   | Segunda  | Terça   | Quarta  | Quinta   | Sexta  |                      |                        |                |                |                |                |                |
|---|--|---|---|--|--|----------------------|------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| <b>Desjejum/Café da Manhã</b><br>8:00 h | Leite<br>Energia: 66,4 kcal  | Leite<br>Energia: 66,4 kcal   | Leite<br>Energia: 66,4 kcal   | Leite<br>Energia: 66,4 kcal  | Leite<br>Energia: 49,8 kcal  |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Almoço</b><br>10:00 h                | Macarrão, Feijão, cozido, Cebola, Alho, e Frango, Assado<br>Energia: 265,86 kcal | Arroz, cozido, Feijão, cozido, Quibe, assado, Beterraba, Cebola, e Alho<br>Energia: 173,01 kcal | Arroz, cozido, Feijão, cozido, Peixe, Repolho, Cebola, Alho, e Azeite, extra virgem<br>Energia: 191,56 kcal | Cebola, Alho, Frango, Arroz, cozido, Feijão, cozido e Alface<br>Energia: 135,96 kcal               | Arroz, cozido, Cebola, Alho, Pepino, Carne, bovina, e Feijão, cozido<br>Energia: 161,16 kcal |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Lanche da Tarde</b><br>13:15 h       | Banana<br>Energia: 73,6 kcal   | Mamão e Aveia<br>Energia: 96,8 kcal   | Maçã<br>Energia: 28 kcal  | Laranja<br>Energia: 14,8 kcal  | Uva<br>Energia: 23,85 kcal   |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Jantar</b><br>15:15 h                | Cebola, Alho, Ovo, de galinha, Polenta, e Cenoura<br>Energia: 88,56 kcal         | Cebola, Alho, Grão-de-bico, Frango, e Batata, doce<br>Energia: 168,36 kcal                      | Quirera, Milho, Frango, Cebola, e Alho<br>Energia: 125,7 kcal   | Cebola, Alho, Lentilha, cozida, Farinha, de milho, Carne, bovina, e Tomate<br>Energia: 232,16 kcal | Cebola, Alho, Mandioca, Tomate, Porco, Cenoura, e Cebolinha<br>Energia: 138,66 kcal          |                      |                        |                |                |                |                |                |
| <b>Composição Nutricional</b>           | <b>Energia (kcal)</b>  | <b>CHO (g)</b>  | <b>PTN (g)</b>  | <b>LPD (g)</b>   | <b>Fibras (g)</b>  | <b>Retinol (mcg)</b> | <b>Vitamina C (mg)</b> | <b>Ca (mg)</b> | <b>Fe (mg)</b> | <b>Mg (mg)</b> | <b>Zn (mg)</b> | <b>Na (mg)</b> |
| <b>Média Semanal</b>                    | 450,01   | 75,2  | 22,6  | 7,24   | 10,46  | 32,96                | 24,86                  | 109,42         | 2,78           | 78,29          | 2,77           | 127,84         |

Obs.: Caso ocorra a falta de algum alimento que está no cardápio, o mesmo poderá ser substituído por outro de igual valor nutricional. Nos casos dos alérgicos, fazer as preparações separadamente, usando alimentos específicos.

**ATENÇÃO: NUNCA SERVIR LEITE E PREPARAÇÕES A BASE DE LEITE APÓS AS REFEIÇÕES**