



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



Cardápios Berçários - Bandeirantes/PR

Março	Nutrição Diária: 70%	Categoria: Creche	Responsável(eis): Thalita Rosa de Souza
21 a 25	Faixa Etária: 7 - 11 meses	Refeições: Desjejum/Café da Manhã, Almoço, Lanche da Tarde e Jantar	CRN: 7452
	Alunos Atendidos: 225	Período: 21/03/2022 a 25/03/2022	

Escola:

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta							
Desjejum/Café da Manhã 8:00 h	Leite, de vaca (99,6 kcal)	Leite, de vaca (99,6 kcal)	Leite, de vaca (99,6 kcal)	Leite, de vaca (99,6 kcal)	Leite, de vaca (99,6 kcal)							
Almoço 10:00 h	Arroz, Feijão, carioca, Carne, bovina, sem gordura, Beterraba, Cebola, Alho, Tomate, e Uva, suco (158,31 kcal)	Grão-de-bico, Batata, Cebola, Alho, Carne, bovina, sem gordura, e Azeite, de oliva (158,55 kcal)	Arroz, Feijão, Farinha, de mandioca, torrada, Cebola, Alho, Porco, assado e Azeite, de oliva (148,86 kcal)	Cebola, Alho, Macarrão, Frango, sobrecoxa, sem pele, e Chicória (210,25 kcal)	Cebola, Alho, Ovo, de galinha, inteiro, cozido, Arroz, Feijão, carioca, Cenoura, e Azeite, de oliva (118,95 kcal)							
Lanche da Tarde 13:15 h	Abacate (67,2 kcal)	Goiaba (21,6 kcal)	Manga (20,4 kcal)	Uva (42,4 kcal)	Abacate (76,8 kcal)							
Jantar 15:15 h	Polenta, Frango, peito, sem pele, Cebolinha, Cebola, Alho, Gergelim, Cenoura, e Uva, suco (129,11 kcal)	Cebola, Alho, Carne, bovina, moído, Chuchu, Gergelim, e Farinha, de milho (165,21 kcal)	Cebolinha, Cebola, Alho, Gergelim, semente, Cenoura, Carne, bovina, moído, Lentilha, e Azeite, de oliva (123,71 kcal)	Cebola, Alho, Carne, bovina, moído, cozido, Macarrão, e Beterraba (172,07 kcal)	Cebola, Alho, Arroz, Feijão, Frango, sem pele, cozida e Azeite, de oliva (133,79 kcal)							
Composição Nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Fibras (g)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média Semanal	449,04	70,87	15,28	12,54	9,94	47,69	20,76	153,03	2,33	67,97	2,26	155,38

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



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



Cardápios 1 a 3 anos - Bandeirantes/PR

Março	Nutrição Diária: 70%	Categoria: Creche	Responsável(eis): Thalita Rosa de Souza
21 a 25	Faixa Etária: 1 a 3 anos Alunos Atendidos: 450	Refeições: Desjejum/Café da Manhã, Almoço, Lanche da Tarde e Jantar Período: 21/03/2022 a 25/03/2022	CRN: 7452

Escola:

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Desjejum/Café da Manhã 8:00 h	Chá, mate, e Biscoito, doce, maisena (179,6 kcal)	Aveia, Abacate, e Mel (309,45 kcal)	Chá, erva-doce, e Biscoito, polvilho (351,2 kcal)	Bolo, e Uva, suco (214 kcal)	Pão, Manteiga, e Chá, erva-doce (176,85 kcal)
Almoço 10:00 h	Arroz, Feijão, carioca, Carne, bovina, sem gordura, Abobora, Cebola, Alho, Tomate, e Uva, suco (261,21 kcal)	Grão-de-bico, Batata, Cebola, Alho, Carne, bovina, sem gordura, e Azeite, de oliva (185,64 kcal)	Cebola, Frango, assada, Alho, Macarrão, e Pepino (267,46 kcal)	Arroz, Feijão, Cebola, Alho, Porco, Farinha, de mandioca, torrada e Azeite, de oliva (205,44 kcal)	Cebola, Alho, Ovo, de galinha, Arroz, Feijão, Cenoura, e Azeite, de oliva (188,29 kcal)
Lanche da Tarde 13:15 h	Abacate (76,8 kcal)	Goiaba, com casca (32,4 kcal)	Manga, Tommy Atkins (40,8 kcal)	Uva (53 kcal)	Abacate (76,8 kcal)
Jantar 15:15 h	Polenta, Frango, Cebola, Cebolinha, Alho, Gergelim, e Cenoura (188,01 kcal)	Cebola, Alho, Abobora, Carne, bovina, sem gordura, Farinha, de milho, e Abobora (259,26 kcal)	Cebola, Alho, Gergelim, Carne, bovina, moído e Lentilha (83,81 kcal)	Cebola, Alho, Carne, bovina, moído, Macarrão, Pepino, e Azeite, de oliva (225,49 kcal)	Cebola, Alho, Feijão, Arroz, Abobrinha, e Frango (116,81 kcal)

Composição Nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Fibras (g)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média Semanal	698,46	115,42	24,42	16,27	13,95	10,92	26,78	96,09	3,63	85,86	3,53	259,12

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

Março	Nutrição Diária: 20%	Categoria: Pré-escola (Escolas)	Responsável(eis): Thalita Rosa de Souza
21 a 25	Faixa Etária: 4 a 5 anos Alunos Atendidos: 563	Refeições: Lanche da Manhã/ Lanche da Tarde Período: 21/03/2022 a 25/03/2022	CRN: 7452

Escola:

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta							
Lanche da Manhã 09:20 h	Arroz, Feijão, Carne, bovina, sem gordura, Alho, Cebola, Tomate, e Uva, suco Energia: 263,61 kcal	Grão-de-bico, Batata, Alho, Cebola, Carne, bovina, sem gordura, Gergelim, Azeite, de oliva, e Manga Energia: 267,18 kcal	Cebola, Alho, Frango, assada, Macarrão, e Pepino Energia: 276,21 kcal	Arroz, Feijão, Cebola, Alho, Azeite, de oliva, Farinha, de mandioca, torrada, e Porco, assado Energia: 287,37 kcal	Cebola, Alho, Ovo, de galinha, Arroz, Feijão, Cenoura, e Abacate Energia: 279,09 kcal							
Lanche da Tarde 14:50 h												
Composição Nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Fibras (g)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média Semanal	274,69	44,8	11,34	5,69	6,95	1,82	8,62	46,12	1,44	40,28	1,44	20,97

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

Março	Nutrição Diária: 30%	Categoria: Pré-escola (Escolas)	Responsável(eis): Thalita Rosa de Souza
14 a 18	Faixa Etária: 4 a 5 anos	Refeições: Lanche da Manhã e Almoço/ Lanche da Tarde e Jantar	CRN: 7452
	Alunos Atendidos: 135	Período: 21/03/2022 a 25/03/2022	

Escola:

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta							
Lanche da Manhã (09:20 h)/ Lanche da Tarde (14:50 h)	Chá, mate, e Biscoito, salgado, cream cracker Energia: 240 kcal	Abacate, Aveia, e Mel Energia: 255,1 kcal	Chá, erva-doce, e Biscoito, Tipo Rosquinha Energia: 222,3 kcal	Bolo, e Uva, Suco Energia: 393,2 kcal	Pão, Chá, Mate, e Manteiga Energia: 258,95 kcal							
Almoço (11:30 h)/ Jantar (17:00 h)	Arroz, cozido, Feijão, cozido, Carne, bovina, sem gordura, Alho, Cebola, Abobora, Tomate, gergelim, e Uva, Suco Energia: 151,24 kcal	Grão-de-bico, Batata, Alho, Cebola, Carne, bovina, sem gordura, Gergelim, Azeite, de oliva Energia: 246,11 kcal	Macarrão, Cebola, Alho, Frango, assado, Pepino, e Gergelim Energia: 220,91 kcal	Arroz, Feijão, Cebola, Alho, Azeite, de oliva, Farinha, de mandioca, torrada, e Porco Energia: 237,81 kcal	Cebola, Alho, Ovo, de galinha, Arroz, Feijão, Cenoura, e Abacate Energia: 279,09 kcal							
Composição Nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Fibras (g)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média Semanal	406,3	63,55	13,28	11,99	7,47	27,5	21,41	67,41	2,07	48,14	1,92	301,94

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

Março	Nutrição Diária: 70%	Categoria: Pré-escola (CMEI's)	Responsável(eis): Thalita Rosa de Souza
21 a 25	Faixa Etária: 4 a 5 anos	Refeições: Desjejum/Café da Manhã, Almoço, Lanche da Tarde e Jantar	CRN: 7452
	Alunos Atendidos: 195	Período: 21/03/2022 a 25/03/2022	

Escola:

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Desjejum/Café da Manhã 8:00 h	Chá, mate, infusão 5% e Biscoito, doce, maisena (268,2 kcal)	Aveia, flocos, Abacate, e Mel, de abelha (416,06 kcal)	Chá, erva-doce, infusão 5% e Biscoito, polvilho doce (351,2 kcal)	Bolo, e Uva, suco concentrado, envasado (381,6 kcal)	Pão, trigo, Manteiga, com sal e Chá, erva-doce, infusão 5% (322,2 kcal)
Almoço 10:00 h	Arroz, Feijão, Carne, bovina, sem gordura, Abobora, Cebola, Alho, Tomate, e Uva, suco Energia: 296,52 kcal	Grão-de-bico, Batata, Alho, Cebola, crua, Carne, bovina, sem gordura, e Azeite, de oliva Energia: 347,98 kcal	Cebola, Alho, Frango, assada, Macarrão, e Pepino Energia: 350,78 kcal	Arroz, Feijão, Cebola, Alho, Azeite, de oliva, Farinha, de mandioca, torrada e Porco Energia: 212,9 kcal	Cebola, Alho, Ovo, de galinha, Arroz, Feijão, e Cenoura Energia: 193,38 kcal
Lanche da Tarde 13:15 h	Abacate (96 kcal)	Goiaba (54 kcal)	Manga (61,2 kcal)	Uva (42,4 kcal)	Abacate (96 kcal)
Jantar 15:15 h	Cebola, Alho, Polenta, Frango, Gergelim, Cenoura, e Uva, suco (292,92 kcal)	Cebola, Alho, Carne, bovina, sem gordura, Abobora, Farinha, de milho, e Pepino (345,58 kcal)	Cebola, Alho, Carne, bovina, moído, Lentilha, e Gergelim (129,43 kcal)	Cebola, Alho, Carne, bovina, moído, Macarrão, Pepino, e Azeite, de oliva (303,3 kcal)	Alho, Cebola, Feijão, Arroz, Abobrinha, e Frango (156,38 kcal)

Composição Nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Fibras (g)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média Semanal	943,61	155,71	32,26	22,39	17,28	21,54	41,54	138,19	4,97	117,83	4,68	357,93

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

Março	Nutrição Diária: 20%	Categoria: Ensino fundamental	Responsável(eis): Thalita Rosa de Souza
21 a 25	Faixa Etária: 6 a 10 anos Alunos Atendidos: 1207	Refeições: Lanche da Manhã/ Lanche da Tarde Período: 21/03/2022 a 25/03/2022	CRN: 7452

Escola:

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta							
Lanche da Manhã 09:20 h/ Lanche da Tarde 14:50 h	Aveia, flocos, Abacate, Mel, de abelha e Uva, suco concentrado, envasado Energia: 304,9 kcal	Grão-de-bico, Batata, Alho, Cebola, Carne, bovina, sem gordura, Gergelim, Azeite, de oliva, e Manga Energia: 315,88 kcal	Cebola, Alho, Frango, assada, Macarrão, Pepino, e Goiaba Energia: 307,21 kcal	Bolo, Uva, suco, e Manga Energia: 276,6 kcal	Pão, Chá, mate, Abacate, e Mel Energia: 358,9 kcal							
Composição Nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Fibras (g)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média Semanal	312,7	54,81	9,23	6,93	6,15	0,48	21,26	48,21	1,81	44,85	1,5	117,84

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 6 a 10 Anos - Bandeirantes/PR

Março	Nutrição Diária: 70%	Categoria: Ensino fundamental	Responsável(eis): Thalita Rosa de Souza
21 a 25	Faixa Etária: 6 a 10 anos	Refeições: Lanche da Manhã/Almoço/ Lanche da Tarde	CRN: 7452
	Alunos Atendidos: 330	Período: 21/03/2022 a 25/03/2022	

Escola:

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta							
Lanche da Manhã 09:20 h/	Chá, mate, e Biscoito, salgado Energia: 348,6 kcal	Abacate, Aveia, flocos, e Mel Energia: 551,8 kcal	Chá, Erva Doce, e Biscoito, tipo Rosquinha Energia: 356,8 kcal	Bolo, Uva, suco Energia: 393,2 kcal	Pão, Chá, mate, Abacate, e Mel Energia: 322,2 kcal							
Almoço 11:30 h	Arroz, Feijão, Carne, bovina, sem gordura, Abobora, Cebola, Alho, Tomate, Uva, suco e Gergelim Energia: 392,21 kcal	Grão-de-bico, Batata, Carne, bovina, sem gordura, Cebola, Alho, e Azeite, de oliva Energia: 560,29 kcal	Macarrão, Frango, assada, Cebola, Alho, Pepino, e Gergelim Energia: 579,01 kcal	Arroz, Feijão, Porco, Farinha, de mandioca, torrada, Cebola, Alho, e Azeite, de oliva Energia: 499,09 kcal	Arroz, Feijão, carioca, Cebola, Alho, Cenoura, Azeite, de oliva, e Gergelim Energia: 281,09 kcal							
Lanche da Tarde 14:20 h	Abacate, Leite, e Mel Energia: 240,8 kcal	Goiaba, vermelha Energia: 54 kcal	Manga Energia: 61,2 kcal	Uva Energia: 63,6 kcal	Abacate, Mel, e Aveia, flocos Energia: 571 kcal							
Composição Nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Fibras (g)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média Semanal	1.054,98	167,48	40,29	26,61	21,42	28	38,43	182,37	6,49	175,33	5,57	408

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.