



**MUNICÍPIO DE NOVA  
ESPERANÇA DO SUDOESTE**  
Estado do Paraná



**Cardápio Alimentação Escolar – CMEI Sementes de Esperança**

<u>DIA</u>	<u>Café 8h</u>	<u>Lanche 9h</u>	<u>Almoço 10h40</u>		<u>Lanche 14h</u>		<u>Jantar 16h</u>	
<b><u>03/04/2023</u></b>	Pão com margarina Café com leite	Maçã	Arroz, lentilha, purê de batata, carne picada com molho de legumes Alface		Melancia		Risoto de frango com legumes	
<b><u>04/04/2023</u></b>	Cuca Achocolatado	Banana	Arroz, feijão preto, macarrão com carne moída Repolho		Salada de fruta		Polenta com carne moída	
<b><u>05/04/2023</u></b>	Pão com doce Achocolatado	Manga	Arroz, feijão preto, purê de mandioca, frango em molho Beterraba cozida		Banana		Carreteiro	
<b><u>06/04/2023</u></b>	Pão com margarina Café com leite	Iogurte	Arroz, feijão preto, polenta, carne suína Tomate		Maçã		Sopa de frango com macarrão letrinha e legumes	
<b><u>07/04/2023</u></b>			<b>FERIADO</b>					
<b><u>Média semanal</u></b>	<b>KCAL</b> 785,8	<b>CHO</b> 118g – 60%	<b>PTN</b> 28g – 14%	<b>LIP</b> 23g – 26%	<b>VIT A (mcg)</b> 212	<b>VIT C (mg)</b> 19,5	<b>CÁLCIO (mg)</b> 294,7	<b>FERRO(mg)</b> 4,6

Fonte: PLAN PNAE. Obs: Cardápio sujeito a alterações se necessário

---

Nutricionista



**MUNICÍPIO DE NOVA  
ESPERANÇA DO SUDOESTE**  
Estado do Paraná



**Cardápio Alimentação Escolar – CMEI Sementes de Esperança**

<u>DIA</u>	<u>Café 8h</u>	<u>Lanche 9h</u>	<u>Almoço 10h40</u>		<u>Lanche 14h</u>		<u>Jantar 16h</u>	
<u>10/04/2023</u>	Pão com margarina Café com leite	Banana	Arroz, feijão preto, macarrão, carne moída Tomate		Sagu com leite		Sopa de feijão com macarrão caseiro e legumes	
<u>11/04/2023</u>	Pão com margarina Achocolatado	Manga	Arroz, feijão preto, purê de batata, carne suína Alface		Maçã		Risoto de frango com legumes	
<u>12/04/2023</u>	Pão com doce Achocolatado	logurte	Arroz, lentilha, mandioca, frango em molho Abóbora cozida		Biscoito com suco natural		Macarrão com carne moída	
<u>13/04/2023</u>	Cuca Café com leite	Mamão	Arroz, feijão preto, legumes refogados, carne bovina desfiada Repolho picado		Banana		Sopa de frango com macarrão letrinha e legumes	
<u>14/04/2023</u>	Pão com doce de leite Café com leite	Banana	Arroz, lentilha, carne picada com legumes, farofa Cenoura cozida		Pão de queijo		Sopa de feijão com macarrão e legumes	
<u>Média semanal</u>	<b>KCAL</b> 827,7	<b>CHO</b> 133g – 64%	<b>PTN</b> 28g – 136%	<b>LIP</b> 21g – 23%	<b>VIT A (mcg)</b> 253,5	<b>VIT C (mg)</b> 41,8	<b>CÁLCIO (mg)</b> 384,8	<b>FERRO(mg)</b> 4,6

Fonte: PLAN PNAE. Obs: Cardápio sujeito a alterações se necessário

Nutricionista



**MUNICÍPIO DE NOVA  
ESPERANÇA DO SUDOESTE**  
Estado do Paraná



**Cardápio Alimentação Escolar – CMEI Sementes de Esperança**

<b><u>DIA</u></b>	<b><u>Café 8h</u></b>	<b><u>Lanche 9h</u></b>	<b><u>Almoço 10h40</u></b>		<b><u>Lanche 14h</u></b>		<b><u>Jantar 16h</u></b>	
<b><u>17/04/2023</u></b>	Pão com margarina Café com leite	Maçã	Arroz, feijão preto, macarrão, carne moída Tomate		Canjica com leite		Sopa de feijão com macarrão caseiro e legumes	
<b><u>18/04/2023</u></b>	Cuca Achocolatado	Banana	Arroz, lentilha, purê de batata, carne suína Alface		Melão Biscoito		Polenta com carne moída	
<b><u>19/04/2023</u></b>	Pão com doce Achocolatado	logurte	Arroz, feijão preto, purê de abóbora, frango em molho Beterraba cozida		Morango		Macarrão com carne moída	
<b><u>20/04/2023</u></b>	Pão com margarina Café com leite	Morango	Arroz, feijão preto, polenta, carne suína Tomate		logurte		Sopa de frango com macarrão letrinha e legumes	
<b><u>21/04/2023</u></b>			<b>FERIADO</b>					
<b><u>Média semanal</u></b>	<b>KCAL</b> 835,5	<b>CHO</b> 130g – 62%	<b>PTN</b> 29g – 14%	<b>LIP</b> 22g – 24%	<b>VIT A (mcg)</b> 1296,3	<b>VIT C (mg)</b> 24,95	<b>CÁLCIO (mg)</b> 372,4	<b>FERRO(mg)</b> 4,8

Fonte: PLAN PNAE. Obs: Cardápio sujeito a alterações se necessário

\_\_\_\_\_  
Nutricionista



**MUNICÍPIO DE NOVA  
ESPERANÇA DO SUDOESTE**  
Estado do Paraná



**Cardápio Alimentação Escolar – CMEI Sementes de Esperança**

<b><u>DIA</u></b>	<b><u>Café 8h</u></b>	<b><u>Lanche 9h</u></b>	<b><u>Almoço 10h40</u></b>		<b><u>Lanche 14h</u></b>		<b><u>Jantar 16h</u></b>	
<b><u>24/04/2023</u></b>	Pão com margarina Café com leite	Manga	Arroz, lentilha, purê de batata, carne picada com molho de legumes Alface		Melancia		Risoto de frango com legumes	
<b><u>25/04/2023</u></b>	Cuca Achocolatado	Banana	Arroz, feijão preto, macarrão com carne moída Repolho		Salada de fruta		Polenta com carne moída	
<b><u>26/04/2023</u></b>	Pão com doce Achocolatado	logurte	Arroz, feijão preto, purê de mandioca, frango em molho Beterraba cozida		Laranja Biscoito		Carreteiro	
<b><u>27/04/2023</u></b>	Pão com margarina Café com leite	Morango	Arroz, feijão preto, polenta, carne suína Tomate		logurte		Sopa de frango com macarrão letrinha e legumes	
<b><u>28/04/2023</u></b>	Pão com doce de leite Café com leite	Banana	Arroz, feijão preto, carne picada com legumes, farofa Cenoura cozida		Mamão Biscoito		Sopa de feijão com macarrão e legumes	
<b><u>Média semanal</u></b>	<b>KCAL</b> 809	<b>CHO</b> 123g – 61%	<b>PTN</b> 29g – 14%	<b>LIP</b> 23g – 25%	<b>VIT A (mcg)</b> 224	<b>VIT C (mg)</b> 38,7	<b>CÁLCIO (mg)</b> 346	<b>FERRO(mg)</b> 4,7

Fonte: PLAN PNAE. Obs: Cardápio sujeito a alterações se necessário

Nutricionista