



MUNICÍPIO DE NOVA ESPERANÇA DO SUDOESTE

Estado do Paraná

CARDÁPIO NOVEMBRO 2022



Cardápio Merenda Escolar - Pré Escola e Ensino Fundamental Anos Iniciais

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
07/11/2022 Cuca Banana Chá	08/11/2022 Polenta Carne suína Alface	09/11/2022 Biscoito Salgado Maçã Café com leite	10/11/2022 Macarrão bolonhesa Tomate	11/11/2022 Carreteiro Repolho
Média Semanal	KCAL 396	Carboidrato 56g – 55%	Proteína 17g - 18%	Lipídeos 12g – 28%
14/11/2022 RECESSO	15/11/2022 FERIADO	16/11/2022 Biscoito Doce Achocolatado	17/11/2022 Risoto Beterraba	18/11/2022 Sopa de feijão com legumes
Média Semanal	KCAL 451,7	Carboidrato 74g – 66%	Proteína 16g – 14%	Lipídeos 10g – 19%
21/11/2022 Pão Margarina Café com leite Morango	22/11/2022 Batata doce Arroz Carne suína Alface	23/11/2022 Canjica com leite Banana	24/11/2022 Polenta Carne moída Repolho	25/11/2022 Macarrão com frango e legumes Tomate
Média Semanal	KCAL 387,5	Carboidrato 57g – 59%	Proteína 13g – 14%	Lipídeos 12g – 27%
28/11/2022 Biscoito Salgado Achocolatado Maçã	29/11/2022 Arroz Farofa de carne Alface	30/11/2022 Iogurte Banana	01/12/2022 Carreteiro Tomate	02/12/2022 Sopa de frango com legumes
Média Semanal	KCAL 396,5	Carboidrato 56g – 57%	Proteína 16g – 15%	Lipídeos 13g – 29%

Fonte: PLAN PNAE

Obs: Cardápio sujeito a alterações se necessário

Responsável técnica: Maiara Frigo
CRN: 11073