



Secretaria Municipal de Educação de Prudentópolis- Paraná
Setor de Alimentação Escolar

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA (4 - 5 ANOS)

12/2023 (Semana de 01/12/2023 à 02/12/2023)

	2ª FEIRA 27/11/2023	3ª FEIRA 28/11/2023				4ª FEIRA 29/11/2023			5ª FEIRA 30/11/2023				6ª FEIRA 01/12/2023		
Lanche da Manhã 10:00													SANDUÍCHE NATURAL + SUCO		
Composição Nutricional (Média Semanal)		Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	G. Sat. (g)	G. Trans (g)	Fibras (g)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
		266.4	31.3	10.3	11.1	3.1	0.2	2.5	26.4	9.9	76.0	1.2	16.7	0.8	345.2



Secretaria Municipal de Educação de Prudentópolis- Paraná
Setor de Alimentação Escolar

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA (4 - 5 ANOS)

12/2023 (Semana de 03/12/2023 à 09/12/2023)

	2ª FEIRA 04/12/2023	3ª FEIRA 05/12/2023				4ª FEIRA 06/12/2023			5ª FEIRA 07/12/2023				6ª FEIRA 08/12/2023		
Lanche da Manhã 10:00	PIPOCA SALGADA COM CHOCOLATE QUENTE + FRUTA	RISOTO E SALADA CRUA				MACARRÃO AO MOLHO BRANCO + CARNE + SALADA			PURÊ COM CARNE + VEGETAIS				QUIRERA COM CALDO DE FEIJÃO + CARNE + SALADA		
Composição Nutricional (Média Semanal)		Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	G. Sat. (g)	G. Trans (g)	Fibras (g)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
		232.7	26.7	13.5	8.0	2.4	0.2	3.1	12.3	11.3	73.9	1.5	33.3	1.6	294.1



Secretaria Municipal de Educação de Prudentópolis- Paraná
Setor de Alimentação Escolar

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA (4 - 5 ANOS)

12/2023 (Semana de 10/12/2023 à 16/12/2023)

	2ª FEIRA 11/12/2023	3ª FEIRA 12/12/2023				4ª FEIRA 13/12/2023			5ª FEIRA 14/12/2023				6ª FEIRA 15/12/2023		
Lanche da Manhã 10:00	FAROFA DE OVOS COM HORTALIÇAS + SUCO	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E HORTALIÇAS				ARROZ INTEGRAL COM LENTILHA ACEBOLADA + SALADA			STROGONOFF SAUDÁVEL + SALADA				MACARRÃO INTEGRAL COM CALDO DE FEIJÃO E HORTALIÇAS		
Composição Nutricional (Média Semanal)		Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	G. Sat. (g)	G. Trans (g)	Fibras (g)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
		222.8	31.4	11.5	5.7	1.8	0.0	3.5	38.1	10.0	63.2	1.8	43.5	1.1	289.1



Secretaria Municipal de Educação de Prudentópolis- Paraná
Setor de Alimentação Escolar

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA (4 - 5 ANOS)

12/2023 (Semana de 17/12/2023 à 21/12/2023)

	2ª FEIRA 18/12/2023	3ª FEIRA 19/12/2023				4ª FEIRA 20/12/2023			5ª FEIRA 21/12/2023				6ª FEIRA 22/12/2023		
Lanche da Manhã 10:00	QUIRERA COM CARNE + SALADA	BOLO SALGADO COM SUCO + FRUTA				BOLO DE FARINHA DE MILHO + LEITE COM CANELA									
Composição Nutricional (Média Semanal)		Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	G. Sat. (g)	G. Trans (g)	Fibras (g)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
		235.0	28.9	7.3	10.8	4.3	0.1	2.4	25.0	13.7	100.6	1.2	33.9	1.0	423.8

