



MUNICÍPIO DE SENGÉS

Rua Santa Terezinha, 15, Centro – Sengés - PR - CEP: 84220-000 - Fone: (43) 3567-3170.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO JUNHO 2024 MANHÃ E TARDE

E.R.M. "DR. WENCESLAU BRAZ"

BAIRRO: ALVES

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<u>03/06</u> - Macarrão (Parafuso) cozido com carne moída ao molho - Chuchu cozido	<u>04/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas - Viradinho de repolho - Maçã	<u>05/06</u> - Quirera com Carne Suína - Couve refogada - Salada de Alface - Banana	<u>06/06</u> - Arroz / Feijão - Frango ao molho - Salada de Abobrinha - Laranja	<u>07/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas com batatas - Laranja
<u>10/06</u> - Macarrão (Ave Maria) cozido com carne moída ao molho - Chuchu Refogado.	<u>11/06</u> - Arroz / Feijão - Almôndegas ao molho - Salada de Abobrinha	<u>12/06</u> - Pão Francês com carne moída - Suco de Uva (100% Fruta)	<u>13/06</u> - Arroz / Feijão - Carne Suína - Virado de Couve - Laranja	<u>14/06</u> - Arroz com frango e milho - Feijão Cozido - Salada de Repolho - Banana
<u>17/06</u> - Macarrão (Parafuso) Cozido com carne moída ao molho - Salada de Repolho	<u>18/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas com mandioca - Maçã	<u>19/06</u> - Polenta cremosa - Carne moída com molho de tomate - Salada de Alface - Laranja	<u>20/06</u> - Arroz - Virado de feijão - Carne bovina em iscas - Couve refogada - Banana	<u>21/06</u> - Arroz com frango e milho - Feijão Cozido - Salada de Alface - Laranja
<u>24/06</u> - Macarrão (Ave Maria) Cozido com carne moída ao molho - Abobrinha Refogada	<u>25/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas c/ abobrinha e chuchu	<u>26/06</u> - Arroz / feijão - Frango ao molho - Salada de Alface - Banana	<u>27/06</u> - Arroz - Virado de Feijão - Carne Suína - Salada de Couve - Laranja	<u>28/06</u> - Canjica Cremosa - Banana



Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRNB 16124/P

Informações Nutricionais:

Pré-Escola, Ensino Fundamental, Ensino Médio e Educação de Jovens e

Adultos (EJA)

Período parcial (30% das Necessidades diárias)

Categoria	Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)
			55% a 65% do VET	10 % a 15% do VET	25% a 35% do VET
Pré-escola	4 - 5 anos	405	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Ensino Fundamental	6 - 10 anos	493	68 a 80	12 a 18	11 a 16
	11 - 15 anos	710	98 a 115	18 a 27	20 a 28
Ensino Médio	16 - 18 anos	815	112 a 132	20 a 31	23 a 32
EJA	19 - 30 anos	715	98 a 116	18 a 27	12 a 24
	31 - 60 anos	689	95 a 112	17 a 26	11 a 23

Fonte: Energia – Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio – Organização Mundial de Saúde (OMS), 2004 e 2007. *Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta (VET).

Junho	Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Média Semana 1	402	55,6	22,6	11,1
Média Semana 2	411,6	58,2	21,1	11,3
Média Semana 3	410,2	59,5	22,6	10,26
Média Semana 4	421,4	68,3	18,2	9,54
Média Mensal	411,3	60,4	21,1	10,55

REFERÊNCIA: TABELAS TACO, TUCUNDUVA, TBCA OU DIRETAMENTE COM TABELA NUTRICIONAL DO ALIMENTO.

Resolução do FNDE N°06 de 08 de Maio de 2020.

Art. 18 Os cardápios devem ser planejados para atender, em média, as necessidades nutricionais estabelecidas na forma do disposto no Anexo IV desta resolução, sendo de:

§ 8º É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.

Observação: Sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação em hortifrutis e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição.

NUTRIESCOLASENGES@GMAIL.COM

Nutricionista Responsável Técnico (RT):
JÚLIO APARECIDO LEITE DA ROSA MELO
CRN 8 17043/P

Nutricionista Quadro Técnico (QT):
GISELE MARTINS DOS SANTOS
CRN 8 16124/P

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRN 8 16124/P



MUNICÍPIO DE SENGÉS

Rua Santa Terezinha, 15, Centro – Sengés - PR - CEP: 84220-000 - Fone: (43) 3567-3170.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO JUNHO 2024 MANHÃ E TARDE

E.M. do Campo "PRESIDENTE MÉDICI"

BAIRRO: OURO VERDE

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<u>03/06</u> - Macarrão (Parafuso) cozido com carne moída ao molho - Chuchu cozido	<u>04/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas - Viradinho de repolho - Maçã	<u>05/06</u> - Quirera com Carne Suína - Couve refogada - Salada de Alface - Banana	<u>06/06</u> - Arroz / Feijão - Frango ao molho - Salada de Abobrinha - Laranja	<u>07/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas com batatas - Laranja
<u>10/06</u> - Macarrão (Ave Maria) cozido com carne moída ao molho - Chuchu Refogado.	<u>11/06</u> - Arroz / Feijão - Almôndegas ao molho - Salada de Abobrinha	<u>12/06</u> - Pão Francês com carne moída - Suco de Uva (100% Fruta)	<u>13/06</u> - Arroz / Feijão - Carne Suína - Virado de Couve - Laranja	<u>14/06</u> - Arroz com frango e milho - Feijão Cozido - Salada de Repolho - Banana
<u>17/06</u> - Macarrão (Parafuso) Cozido com carne moída ao molho - Salada de Repolho	<u>18/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas com mandioca - Maçã	<u>19/06</u> - Polenta cremosa - Carne moída com molho de tomate - Salada de Alface - Laranja	<u>20/06</u> - Arroz - Virado de feijão - Carne bovina em iscas - Couve refogada - Banana	<u>21/06</u> - Arroz com frango e milho - Feijão Cozido - Salada de Alface - Laranja
<u>24/06</u> - Macarrão (Ave Maria) Cozido com carne moída ao molho - Abobrinha Refogada	<u>25/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas c/ abobrinha e chuchu	<u>26/06</u> - Arroz / feijão - Frango ao molho - Salada de Alface - Banana	<u>27/06</u> - Arroz - Virado de Feijão - Carne Suína - Salada de Couve - Laranja	<u>28/06</u> - Canjica Cremosa - Banana



Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRNB 16124/P

Informações Nutricionais:

Pré-Escola, Ensino Fundamental, Ensino Médio e Educação de Jovens e Adultos (EJA)

Período parcial (30% das Necessidades diárias)

Categoria	Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)
			55% a 65% do VET	10 % a 15% do VET	25% a 35% do VET
Pré-escola	4 - 5 anos	405	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Ensino Fundamental	6 - 10 anos	493	68 a 80	12 a 18	11 a 16
	11 - 15 anos	710	98 a 115	18 a 27	20 a 28
Ensino Médio	16 - 18 anos	815	112 a 132	20 a 31	23 a 32
EJA	19 - 30 anos	715	98 a 116	18 a 27	12 a 24
	31 - 60 anos	689	95 a 112	17 a 26	11 a 23

Fonte: Energia – Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio – Organização Mundial de Saúde (OMS), 2004 e 2007. *Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta (VET).

Junho	Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Média Semana 1	402	55,6	22,6	11,1
Média Semana 2	411,6	58,2	21,1	11,3
Média Semana 3	410,2	59,5	22,6	10,26
Média Semana 4	421,4	68,3	18,2	9,54
Média Mensal	411,3	60,4	21,1	10,55

REFERÊNCIA: TABELAS TACO, TUCUNDUVA, TBCA OU DIRETAMENTE COM TABELA NUTRICIONAL DO ALIMENTO.

Resolução do FNDE N°06 de 08 de Maio de 2020.

Art. 18 Os cardápios devem ser planejados para atender, em média, as necessidades nutricionais estabelecidas na forma do disposto no Anexo IV desta resolução, sendo de:

§ 8º É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.

Observação: Sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação em hortifrutis e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição.

NUTRIESCOLASENGES@GMAIL.COM

Nutricionista Responsável Técnico (RT):
JÚLIO APARECIDO LEITE DA ROSA MELO
CRN 8 17043/P

Nutricionista Quadro Técnico (QT):
GISELE MARTINS DOS SANTOS
CRN 8 16124/P

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRN 8 16124/P



MUNICÍPIO DE SENGÉS

Rua Santa Terezinha, 15, Centro – Sengés - PR - CEP: 84220-000 - Fone: (43) 3567-3170.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO JUNHO 2024 MANHÃ E TARDE
E.M. do Campo “MAL. DEODORO DA FONSECA”
BAIRRO: PINHALZINHO

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<u>03/06</u> - Macarrão (Parafuso) cozido com carne moída ao molho - Chuchu cozido	<u>04/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas - Viradinho de repolho - Maçã	<u>05/06</u> - Quirera com Carne Suína - Couve refogada - Salada de Alface - Banana	<u>06/06</u> - Arroz / Feijão - Frango ao molho - Salada de Abobrinha - Laranja	<u>07/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas com batatas - Laranja
<u>10/06</u> - Macarrão (Ave Maria) cozido com carne moída ao molho - Chuchu Refogado.	<u>11/06</u> - Arroz / Feijão - Almôndegas ao molho - Salada de Abobrinha	<u>12/06</u> - Pão Francês com carne moída - Suco de Uva (100% Fruta)	<u>13/06</u> - Arroz / Feijão - Carne Suína - Virado de Couve - Laranja	<u>14/06</u> - Arroz com frango e milho - Feijão Cozido - Salada de Repolho - Banana
<u>17/06</u> - Macarrão (Parafuso) Cozido com carne moída ao molho - Salada de Repolho	<u>18/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas com mandioca - Maçã	<u>19/06</u> - Polenta cremosa - Carne moída com molho de tomate - Salada de Alface - Laranja	<u>20/06</u> - Arroz - Virado de feijão - Carne bovina em iscas - Couve refogada - Banana	<u>21/06</u> - Arroz com frango e milho - Feijão Cozido - Salada de Alface - Laranja
<u>24/06</u> - Macarrão (Ave Maria) Cozido com carne moída ao molho - Abobrinha Refogada	<u>25/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas c/ abobrinha e chuchu	<u>26/06</u> - Arroz / feijão - Frango ao molho - Salada de Alface - Banana	<u>27/06</u> - Arroz - Virado de Feijão - Carne Suína - Salada de Couve - Laranja	<u>28/06</u> - Canjica Cremosa - Banana



Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRNB 16124/P

Informações Nutricionais:

Pré-Escola, Ensino Fundamental, Ensino Médio e Educação de Jovens e

Adultos (EJA)

Período parcial (30% das Necessidades diárias)

Categoria	Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)
			55% a 65% do VET	10 % a 15% do VET	25% a 35% do VET
Pré-escola	4 - 5 anos	405	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Ensino Fundamental	6 - 10 anos	493	68 a 80	12 a 18	11 a 16
	11 - 15 anos	710	98 a 115	18 a 27	20 a 28
Ensino Médio	16 - 18 anos	815	112 a 132	20 a 31	23 a 32
EJA	19 - 30 anos	715	98 a 116	18 a 27	12 a 24
	31 - 60 anos	689	95 a 112	17 a 26	11 a 23

Fonte: Energia – Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio – Organização Mundial de Saúde (OMS), 2004 e 2007. *Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta (VET).

Junho	Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Média Semana 1	402	55,6	22,6	11,1
Média Semana 2	411,6	58,2	21,1	11,3
Média Semana 3	410,2	59,5	22,6	10,26
Média Semana 4	421,4	68,3	18,2	9,54
Média Mensal	411,3	60,4	21,1	10,55

REFERÊNCIA: TABELAS TACO, TUCUNDUVA, TBCA OU DIRETAMENTE COM TABELA NUTRICIONAL DO ALIMENTO.

Resolução do FNDE N°06 de 08 de Maio de 2020.

Art. 18 Os cardápios devem ser planejados para atender, em média, as necessidades nutricionais estabelecidas na forma do disposto no Anexo IV desta resolução, sendo de:

§ 8º É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.

Observação: Sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação em hortifrutis e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição.

NUTRIESCOLASENGES@GMAIL.COM

Nutricionista Responsável Técnico (RT):
JÚLIO APARECIDO LEITE DA ROSA MELO
CRN 8 17043/P

Nutricionista Quadro Técnico (QT):
GISELE MARTINS DOS SANTOS
CRN 8 16124/P

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRN 8 16124/P



MUNICÍPIO DE SENGÉS

Rua Santa Terezinha, 15, Centro – Sengés - PR - CEP: 84220-000 - Fone: (43) 3567-3170.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO JUNHO 2024 MANHÃ E TARDE
E.M. do Campo “VER. PEDRO SÉRGIO CORRÊA”
BAIRRO: REIANÓPOLIS

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<u>03/06</u> - Macarrão (Parafuso) cozido com carne moída ao molho - Chuchu cozido	<u>04/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas - Viradinho de repolho - Maçã	<u>05/06</u> - Quirera com Carne Suína - Couve refogada - Salada de Alface - Banana	<u>06/06</u> - Arroz / Feijão - Frango ao molho - Salada de Abobrinha - Laranja	<u>07/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas com batatas - Laranja
<u>10/06</u> - Macarrão (Ave Maria) cozido com carne moída ao molho - Chuchu Refogado.	<u>11/06</u> - Arroz / Feijão - Almôndegas ao molho - Salada de Abobrinha	<u>12/06</u> - Arroz com frango e milho - Feijão Cozido - Salada de Repolho - Banana	<u>13/06</u> - Arroz / Feijão - Carne Suína - Virado de Couve - Laranja	<u>14/06</u> - Pão Francês com carne moída - Suco de Uva (100% Fruta)
<u>17/06</u> - Macarrão (Parafuso) Cozido com carne moída ao molho - Salada de Repolho	<u>18/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas com mandioca - Maçã	<u>19/06</u> - Polenta cremosa - Carne moída com molho de tomate - Salada de Alface - Laranja	<u>20/06</u> - Arroz - Virado de feijão - Carne bovina em iscas - Couve refogada - Banana	<u>21/06</u> - Arroz com frango e milho - Feijão Cozido - Salada de Alface - Laranja
<u>24/06</u> - Macarrão (Ave Maria) Cozido com carne moída ao molho - Abobrinha Refogada	<u>25/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas c/ abobrinha e chuchu	<u>26/06</u> - Arroz / feijão - Frango ao molho - Salada de Alface - Banana	<u>27/06</u> - Arroz - Virado de Feijão - Carne Suína - Salada de Couve - Laranja	<u>28/06</u> - Canjica Cremosa - Banana



Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRNB 16124/P

Informações Nutricionais:

Pré-Escola, Ensino Fundamental, Ensino Médio e Educação de Jovens e

Adultos (EJA)

Período parcial (30% das Necessidades diárias)

Categoria	Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)
			55% a 65% do VET	10 % a 15% do VET	25% a 35% do VET
Pré-escola	4 - 5 anos	405	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Ensino Fundamental	6 - 10 anos	493	68 a 80	12 a 18	11 a 16
	11 - 15 anos	710	98 a 115	18 a 27	20 a 28
Ensino Médio	16 - 18 anos	815	112 a 132	20 a 31	23 a 32
EJA	19 - 30 anos	715	98 a 116	18 a 27	12 a 24
	31 - 60 anos	689	95 a 112	17 a 26	11 a 23

Fonte: Energia – Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio – Organização Mundial de Saúde (OMS), 2004 e 2007. *Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta (VET).

Junho	Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Média Semana 1	402	55,6	22,6	11,1
Média Semana 2	411,6	58,2	21,1	11,3
Média Semana 3	410,2	59,5	22,6	10,26
Média Semana 4	421,4	68,3	18,2	9,54
Média Mensal	411,3	60,4	21,1	10,55

REFERÊNCIA: TABELAS TACO, TUCUNDUVA, TBCA OU DIRETAMENTE COM TABELA NUTRICIONAL DO ALIMENTO.

Resolução do FNDE N°06 de 08 de Maio de 2020.

Art. 18 Os cardápios devem ser planejados para atender, em média, as necessidades nutricionais estabelecidas na forma do disposto no Anexo IV desta resolução, sendo de:

§ 8º É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.

Observação: Sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação em hortifrutis e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição.

NUTRIESCOLASENGES@GMAIL.COM

Nutricionista Responsável Técnico (RT):
JÚLIO APARECIDO LEITE DA ROSA MELO
CRN 8 17043/P

Nutricionista Quadro Técnico (QT):
GISELE MARTINS DOS SANTOS
CRN 8 16124/P

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRN 8 16124/P



MUNICÍPIO DE SENGÉS

Rua Santa Terezinha, 15, Centro – Sengés - PR - CEP: 84220-000 - Fone: (43) 3567-3170.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO JUNHO 2024 MANHÃ E TARDE

E.M. "LHUBINA B. DA ROSA"

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<u>03/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas - Viradinho de repolho -	<u>04/06</u> - Macarrão (Parafuso) cozido com carne moída ao molho - Chuchu cozido - Maçã	<u>05/06</u> - Quirera com Carne Suína - Couve refogada - Salada de Alface - Banana	<u>06/06</u> - Arroz / Feijão - Frango ao molho - Salada de Abobrinha - Laranja	<u>07/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas com batatas - Laranja
<u>10/06</u> - Arroz / Feijão - Almôndegas ao molho - Salada de Abobrinha	<u>11/06</u> - Macarrão (Ave Maria) cozido com carne moída ao molho - Chuchu Refogado.	<u>12/06</u> - Arroz com frango e milho - Feijão Cozido - Salada de Repolho - Banana	<u>13/06</u> - Arroz / Feijão - Carne Suína - Virado de Couve - Laranja	<u>14/06</u> - Pão Francês com carne moída - Suco de Uva (100% Fruta)
<u>17/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas com mandioca	<u>18/06</u> - Macarrão (Parafuso) Cozido com carne moída ao molho - Salada de Repolho - Maçã	<u>19/06</u> - Polenta cremosa - Carne moída com molho de tomate - Salada de Alface - Laranja	<u>20/06</u> - Arroz - Virado de feijão - Carne bovina em iscas - Couve refogada - Banana	<u>21/06</u> - Arroz com frango e milho - Feijão Cozido - Salada de Alface - Laranja
<u>24/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas c/ abobrinha e chuchu	<u>25/06</u> - Macarrão (Ave Maria) Cozido com carne moída ao molho - Abobrinha Refogada	<u>26/06</u> - Arroz / feijão - Frango ao molho - Salada de Alface - Banana	<u>27/06</u> - Arroz - Virado de Feijão - Carne Suína - Salada de Couve - Laranja	<u>28/06</u> - Canjica Cremosa - Banana



Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRNB 16124/P

Informações Nutricionais:

Pré-Escola, Ensino Fundamental, Ensino Médio e Educação de Jovens e Adultos (EJA)

Período parcial (30% das Necessidades diárias)

Categoria	Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)
			55% a 65% do VET	10 % a 15% do VET	25% a 35% do VET
Pré-escola	4 - 5 anos	405	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Ensino Fundamental	6 - 10 anos	493	68 a 80	12 a 18	11 a 16
	11 - 15 anos	710	98 a 115	18 a 27	20 a 28
Ensino Médio	16 - 18 anos	815	112 a 132	20 a 31	23 a 32
EJA	19 - 30 anos	715	98 a 116	18 a 27	12 a 24
	31 - 60 anos	689	95 a 112	17 a 26	11 a 23

Fonte: Energia – Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio – Organização Mundial de Saúde (OMS), 2004 e 2007. *Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta (VET).

Junho	Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Média Semana 1	402	55,6	22,6	11,1
Média Semana 2	411,6	58,2	21,1	11,3
Média Semana 3	410,2	59,5	22,6	10,26
Média Semana 4	421,4	68,3	18,2	9,54
Média Mensal	411,3	60,4	21,1	10,55

REFERÊNCIA: TABELAS TACO, TUCUNDUVA, TBCA OU DIRETAMENTE COM TABELA NUTRICIONAL DO ALIMENTO.

Resolução do FNDE N°06 de 08 de Maio de 2020.

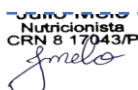
Art. 18 Os cardápios devem ser planejados para atender, em média, as necessidades nutricionais estabelecidas na forma do disposto no Anexo IV desta resolução, sendo de:

§ 8º É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.

Observação: Sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação em hortifrutis e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição.

NUTRIESCOLASENGES@GMAIL.COM

Nutricionista Responsável Técnico (RT):
JÚLIO APARECIDO LEITE DA ROSA MELO
CRN 8 17043/P


Nutricionista
CRN 8 17043/P

Nutricionista Quadro Técnico (QT):
GISELE MARTINS DOS SANTOS
CRN 8 16124/P


Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRN 8 16124/P



MUNICÍPIO DE SENGÉS

Rua Santa Terezinha, 15, Centro – Sengés - PR - CEP: 84220-000 - Fone: (43) 3567-3170.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO JUNHO 2024 MANHÃ E TARDE

E.M. "PREF. DURVAL JORGE"

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<u>03/06</u> - Macarrão (Parafuso) cozido com carne moída ao molho - Chuchu cozido	<u>04/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas - Viradinho de repolho - Maçã	<u>05/06</u> - Quirera com Carne Suína - Couve refogada - Salada de Alface - Banana	<u>06/06</u> - Arroz / Feijão - Frango ao molho - Salada de Abobrinha - Laranja	<u>07/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas com batatas - Laranja
<u>10/06</u> - Macarrão (Ave Maria) cozido com carne moída ao molho - Chuchu Refogado.	<u>11/06</u> - Arroz / Feijão - Almôndegas ao molho - Salada de Abobrinha	<u>12/06</u> - Arroz com frango e milho - Feijão Cozido - Salada de Repolho - Banana	<u>13/06</u> - Arroz / Feijão - Carne Suína - Virado de Couve - Laranja	<u>14/06</u> - Pão Francês com carne moída - Suco de Uva (100% Fruta)
<u>17/06</u> - Macarrão (Parafuso) Cozido com carne moída ao molho - Salada de Repolho	<u>18/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas com mandioca - Maçã	<u>19/06</u> - Polenta cremosa - Carne moída com molho de tomate - Salada de Alface - Laranja	<u>20/06</u> - Arroz - Virado de feijão - Carne bovina em iscas - Couve refogada - Banana	<u>21/06</u> - Arroz com frango e milho - Feijão Cozido - Salada de Alface - Laranja
<u>24/06</u> - Macarrão (Ave Maria) Cozido com carne moída ao molho - Abobrinha Refogada	<u>25/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas c/ abobrinha e chuchu	<u>26/06</u> - Arroz / feijão - Frango ao molho - Salada de Alface - Banana	<u>27/06</u> - Arroz - Virado de Feijão - Carne Suína - Salada de Couve - Laranja	<u>28/06</u> - Canjica Cremosa - Banana



Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRNB 16124/P

Informações Nutricionais:

Pré-Escola, Ensino Fundamental, Ensino Médio e Educação de Jovens e Adultos (EJA)

Período parcial (30% das Necessidades diárias)

Categoria	Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)
			55% a 65% do VET	10 % a 15% do VET	25% a 35% do VET
Pré-escola	4 - 5 anos	405	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Ensino Fundamental	6 - 10 anos	493	68 a 80	12 a 18	11 a 16
	11 - 15 anos	710	98 a 115	18 a 27	20 a 28
Ensino Médio	16 - 18 anos	815	112 a 132	20 a 31	23 a 32
EJA	19 - 30 anos	715	98 a 116	18 a 27	12 a 24
	31 - 60 anos	689	95 a 112	17 a 26	11 a 23

Fonte: Energia – Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio – Organização Mundial de Saúde (OMS), 2004 e 2007. *Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta (VET).

Junho	Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Média Semana 1	402	55,6	22,6	11,1
Média Semana 2	411,6	58,2	21,1	11,3
Média Semana 3	410,2	59,5	22,6	10,26
Média Semana 4	421,4	68,3	18,2	9,54
Média Mensal	411,3	60,4	21,1	10,55

REFERÊNCIA: TABELAS TACO, TUCUNDUVA, TBCA OU DIRETAMENTE COM TABELA NUTRICIONAL DO ALIMENTO.

Resolução do FNDE N°06 de 08 de Maio de 2020.

Art. 18 Os cardápios devem ser planejados para atender, em média, as necessidades nutricionais estabelecidas na forma do disposto no Anexo IV desta resolução, sendo de:

§ 8º É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.

Observação: Sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação em hortifrutis e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição

NUTRIESCOLASENGES@GMAIL.COM

Nutricionista Responsável Técnico (RT):
JÚLIO APARECIDO LEITE DA ROSA MELO
CRN 8 17043/P

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Nutricionista Quadro Técnico (QT):
GISELE MARTINS DOS SANTOS
CRN 8 16124/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRN 8 16124/P



MUNICÍPIO DE SENGÉS

Rua Santa Terezinha, 15, Centro – Sengés - PR - CEP: 84220-000 - Fone: (43) 3567-3170.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO JUNHO 2024 MANHÃ E TARDE

E.M. "TRAJANO JORGE"

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<u>03/06</u> - Macarrão (Parafuso) cozido com carne moída ao molho - Chuchu cozido	<u>04/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas - Viradinho de repolho - Maçã	<u>05/06</u> - Quirera com Carne Suína - Couve refogada - Salada de Alface - Banana	<u>06/06</u> - Arroz / Feijão - Frango ao molho - Salada de Abobrinha - Laranja	<u>07/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas com batatas - Laranja
<u>10/06</u> - Macarrão (Ave Maria) cozido com carne moída ao molho - Chuchu Refogado.	<u>11/06</u> - Arroz / Feijão - Almôndegas ao molho - Salada de Abobrinha	<u>12/06</u> - Arroz com frango e milho - Feijão Cozido - Salada de Repolho - Banana	<u>13/06</u> - Arroz / Feijão - Carne Suína - Virado de Couve - Laranja	<u>14/06</u> - Pão Francês com carne moída - Suco de Uva (100% Fruta)
<u>17/06</u> - Macarrão (Parafuso) Cozido com carne moída ao molho - Salada de Repolho	<u>18/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas com mandioca - Maçã	<u>19/06</u> - Polenta cremosa - Carne moída com molho de tomate - Salada de Alface - Laranja	<u>20/06</u> - Arroz - Virado de feijão - Carne bovina em iscas - Couve refogada - Banana	<u>21/06</u> - Arroz com frango e milho - Feijão Cozido - Salada de Alface - Laranja
<u>24/06</u> - Macarrão (Ave Maria) Cozido com carne moída ao molho - Abobrinha Refogada	<u>25/06</u> - Arroz / Feijão - Carne bovina em iscas c/ abobrinha e chuchu	<u>26/06</u> - Arroz / feijão - Frango ao molho - Salada de Alface - Banana	<u>27/06</u> - Arroz - Virado de Feijão - Carne Suína - Salada de Couve - Laranja	<u>28/06</u> - Canjica Cremosa - Banana



Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRNB 16124/P

Informações Nutricionais:

Pré-Escola, Ensino Fundamental, Ensino Médio e Educação de Jovens e Adultos (EJA)

Período parcial (30% das Necessidades diárias)

Categoria	Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)
			55% a 65% do VET	10 % a 15% do VET	25% a 35% do VET
Pré-escola	4 - 5 anos	405	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Ensino Fundamental	6 - 10 anos	493	68 a 80	12 a 18	11 a 16
	11 - 15 anos	710	98 a 115	18 a 27	20 a 28
Ensino Médio	16 - 18 anos	815	112 a 132	20 a 31	23 a 32
EJA	19 - 30 anos	715	98 a 116	18 a 27	12 a 24
	31 - 60 anos	689	95 a 112	17 a 26	11 a 23

Fonte: Energia – Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio – Organização Mundial de Saúde (OMS), 2004 e 2007. *Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta (VET).

Junho	Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Média Semana 1	402	55,6	22,6	11,1
Média Semana 2	411,6	58,2	21,1	11,3
Média Semana 3	410,2	59,5	22,6	10,26
Média Semana 4	421,4	68,3	18,2	9,54
Média Mensal	411,3	60,4	21,1	10,55

REFERÊNCIA: TABELAS TACO, TUCUNDUVA, TBCA OU DIRETAMENTE COM TABELA NUTRICIONAL DO ALIMENTO.

Resolução do FNDE N°06 de 08 de Maio de 2020.

Art. 18 Os cardápios devem ser planejados para atender, em média, as necessidades nutricionais estabelecidas na forma do disposto no Anexo IV desta resolução, sendo de:

§ 8º É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.

Observação: Sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação em hortifrutis e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição.

NUTRIESCOLASENGES@GMAIL.COM

Nutricionista Responsável Técnico (RT):
JÚLIO APARECIDO LEITE DA ROSA MELO
CRN 8 17043/P

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Nutricionista Quadro Técnico (QT):
GISELE MARTINS DOS SANTOS
CRN 8 16124/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRN 8 16124/P