



MUNICÍPIO DE PAULA FREITAS

Av. Adolpho Chiarini, 25 - 66754-000/113 - CEP: 84.636-000
Paula Freitas - Paraná - Brasil
E-mail: secretaria@pm.paula.pr.gov.br
www.paulaefreitas.pr.gov.br

CARDÁPIO PARA O MÊS DE MARÇO DE 2026 PARA OS CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DE PAULA FREITAS -PR

ATENÇÃO: ANTES DOS 6 MESES O ALIMENTAMENTO MATERNO É PRIORITÁRIO NA IMPOSSIBILIDADE TOTAL DE MANTER O ALIMENTAMENTO MATERNO, SERÁ OFERTADO FÓRMULA INFANTIL EM SUA SUBSTITUIÇÃO, SEM ADICIONAL ALIMENTOS ATÉ QUE SE COMPLETE O MÊS.

PROGRESSO ALIMENTAR DOS 0 A 12 MESES



FABIANA HABECK
Nutricionista
CRN 3377

CAFÉ DA MANHÃ 8:00 – 8:15

- Café c/ leite ou Leite c/ cacau ou Chá

- Pão integral c/ requeijão/ nata/manteiga (dentro da disponibilidade do estoque)

ALMOÇO 10:30 – 11:15

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira						
Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz						
Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão						
Salada Crua	Salada Crua	Salada Crua	Salada Crua	Salada Crua						
Salada Cozida	Salada Cozida	Salada Cozida	Salada Cozida	Salada Cozida						
Ovo mexido	Carne de gado em molho c/ batata	Farofa de legumes	Carne moída c/	Carne suína						
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA						
13:15 Lanche de Fritas										
Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira						
FRUTAS	FRUTAS	FRUTAS	FRUTAS	FRUTAS						
15:15 JANTAR										
Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira						
PIROGUE C/ ERANGO DESFIADO SALADAS FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA DE LEGUMES C OVO, SALADA FRUTA	QUIRERINHA C/ CARNE SUÍNA SALADAS FRUTA	SOPA DE MÚSCULO C LEGUMES SALADAS FRUTA	ARROZ, VIRADO DE FEIJÃO, PICADINHO DE CARNE, SALADAS FRUTA						
Composição Nutricional	Energia/ Kcal	CHIO (gr)	PTN (gr)	LP (gr)	Fibras	Ferro	Retinol	Vit C	Mág	Zinco
7M/11M	487 cal	68 g	15 g	8 g	16,4 g	3,9 mg	298	12,5mg	72,3 mg	2,3 mg
1-4 Anos	708	112	21	15		2,2	148	10,2	109	4

Obs.: O cardápio poderá sofrer alteração, de acordo com a disponibilidade do alimento, do fornecedor ou data de validade.
- Devem ser oferecidos no mínimo 3 variedades de saladas.
- Oferecer FRUTAS TODOS os dias após as refeições.