



# MUNICÍPIO DE PAULA FREITAS

Av. Agostinho de Souza, 646 - Fone: (42) 3562-1212 - Fax: (42) 3562-1188  
 CNPJ 75.687.954/0001-13 - CEP 84.630-000  
 PAULA FREITAS - Estado do Paraná  
 E-mail: licitacoes@paulafreitas.pr.gov.br  
 www.paulafreitas.pr.gov.br

## CARDÁPIO PARA O MÊS DE OUTUBRO DE 2025 PARA OS CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DE PAULA FREITAS – MAIORES DE 1 ANO

**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      |               |              |                |              |            |              |
| Carne suína                   | Carne de moída       | Frango desfiado em molho  | Carne de gado em molho        | Frango assado      |               |              |                |              |            |              |
| FRUTA                         | FRUTA                | FRUTA                     | FRUTA                         | FRUTA              |               |              |                |              |            |              |
| <b>13:15 Lanche de Frutas</b> |                      |                           |                               |                    |               |              |                |              |            |              |
| Segunda-Feira                 | Terça-Feira          | Quarta-Feira              | Quinta-Feira                  | Sexta-Feira        |               |              |                |              |            |              |
| FRUTAS                        | FRUTAS               | BOLO OU TORTA             | FRUTAS                        | FRUTAS             |               |              |                |              |            |              |
| <b>15:15 JANTAR</b>           |                      |                           |                               |                    |               |              |                |              |            |              |
| Segunda-Feira                 | Terça-Feira          | Quarta-Feira              | Quinta-Feira                  | Sexta-Feira        |               |              |                |              |            |              |
| POLENITA C/ FRANGO            | TORTA DE LEGUMES     | RISOTO DE MOELA DE FRANGO | MANDIOCA, FEIJÃO, CARNE MOIDA | MACARRÃO C/ FRANGO |               |              |                |              |            |              |
| SALADAS                       | CHÁ                  | SALADAS                   | SALADA                        | DESEFIADO          |               |              |                |              |            |              |
|                               |                      | SALADAS                   |                               | SALADAS            |               |              |                |              |            |              |
| <b>Composição Nutricional</b> | <b>Energia/ Kcal</b> | <b>CHO (gr)</b>           | <b>PTN (gr)</b>               | <b>LIP (gr)</b>    | <b>Fibras</b> | <b>Ferro</b> | <b>Refinol</b> | <b>Vit C</b> | <b>Mag</b> | <b>Zinco</b> |
|                               | 462 cal              | 64,8 g                    | 16,9 g                        | 8,7 g              | 16,4 g        | 5,9mg        | 249,1 mg       | 31,7 mg      | 45,5mg     | 2,2 mg       |

Obs.: O cardápio poderá sofrer alteração, de acordo com a disponibilidade do alimento, do fornecedor ou data de validade;

- Devem ser oferecidas no mínimo 3 variedades de saladas;

- Oferecer FRUTAS TODOS os dias após as refeições;

**FABIANA HABECK**

Nutricionista

CRN 3377