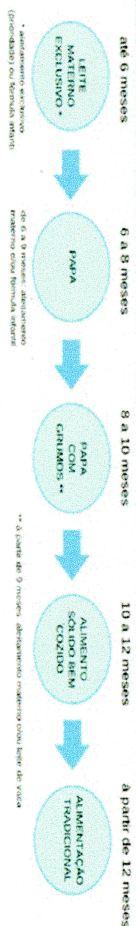




**CARDEPIO PARA O MÊS DE JUNHO DE 2024 PARA OS CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DE PAULA FREITAS-PR**

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

**PROGRESSÃO ALIMENTAR DOS 6 A 12 MESES**



CAFÉ DA MANHÃ 8:00 – 8:15

| SEGUNDA-FEIRA   | TERÇA-FEIRA   | QUARTA-FEIRA   | QUINTA-FEIRA  | SEXTA-FEIRA   |
|---|---|--|---|---|
| *Pão integral/nata /requeijão/manteiga<br>* Café c/ leite/ cacau c leite/ chá | *Pão integral/nata /requeijão/manteiga<br>* Café c/ leite/ cacau c leite/ chá<br>Bolo de aveia e banana | *Pão e ovo mexido<br>* Café c/ leite/ cacau c leite/ chá | *Pão integral/nata /requeijão/manteiga<br>* Café c/ leite/ cacau c leite/ chá<br>Pão de queijo de forma | *Pão integral/nata /requeijão/manteiga<br>* Café c/ leite/ cacau c leite/ chá |

\*menores de 12 meses oferecer o mama conforme rotina

ALMOÇO 10:30 – 11:15

| Segunda-Feira   | Terça-Feira   | Quarta-Feira  | Quinta-Feira   | Sexta-Feira  |               |              |                |             |           |              |
|---|---|---|--|--|---------------|--------------|----------------|-------------|-----------|--------------|
| Arroz<br>Feijão<br>Salada Crua<br>Salada Cozida<br>Nuggets de frango      | Terça-Feira<br>Arroz<br>Feijão<br>Salada Crua<br>Salada Cozida<br>Polenta c/ Molho de carne moída | Quarta-Feira<br>Arroz<br>Feijão<br>Salada Crua<br>Salada Cozida<br>Escondidinho de abóbora c frango | Quinta-Feira<br>Arroz<br>Feijão<br>Salada Crua<br>Salada Cozida<br>Carne suína | Sexta-Feira<br>Arroz<br>Feijão<br>Salada Crua<br>Salada Cozida<br>Ovo mexido |               |              |                |             |           |              |
| <b>13:15 Lanche de Frutas</b>   |   |   |  |  |               |              |                |             |           |              |
| Segunda-Feira<br>FRUTAS   | Terça-Feira<br>FRUTAS   | Quarta-Feira<br>FRUTAS  | Quinta-Feira<br>FRUTAS   | Sexta-Feira<br>FRUTAS  |               |              |                |             |           |              |
| <b>15:15 JANTAR</b>   |   |   |  |  |               |              |                |             |           |              |
| Segunda-Feira<br>ARROZ, FEIJÃO, FAROFA DE LEGUMES C OVO, SALADAS<br>FRUTA | Terça-Feira<br>RISOTO DE FRANGO SALADAS<br>FRUTA  | Quarta-Feira<br>SOPA DE FEIJÃO (misculo, legumes, macarrão)<br>FRUTA                                | Quinta-Feira<br>MACARRÃO C/ CARNE MOÍDA SALADAS<br>FRUTA                       | Sexta-Feira<br>ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE FRANGO, SALADAS<br>FRUTA              |               |              |                |             |           |              |
| <i>Composição Nutricional</i>   | <i>Energia/ kcal</i>  | <i>CHQ (gr)</i>   | <i>PTN (gr)</i>  | <i>LP (gr)</i>   | <i>Fibras</i> | <i>Ferro</i> | <i>Retinol</i> | <i>VI C</i> | <i>Mg</i> | <i>Zinco</i> |
| 7M 11 M   | 490 cal   | 72  | 18 g   | 14 g   | 16,4 g        | 3,9 mg       | 243            | 32 mg       | 72,3 mg   | 2,3 mg       |
| 1-4 Anos  | 708   | 117   | 26   | 25   |               | 2,3          | 145            | 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 oferecidas no mínimo 3 variedades de saladas;  
 - Oferecer FRUTAS TODOS os dias após as refeições;

**FABIANA HABECK**  
 Nutricionista  
 CRN 3377