



# Autarquia Municipal de Educação

[www.apucarana.pr.gov.br/ame](http://www.apucarana.pr.gov.br/ame)



# CARDÁPIO MÊS DE OUTUBRO



*Fernanda O. Carrero Marques*  
**Fernanda O. Carrero Marques**  
Quadro Tec.: Nutricionista / CRN 8 – 5961

*Jaqueline de Oliveira Erick*  
**Jaqueline de Oliveira Erick**  
Resp. Tec.: Nutricionista / CRN 8 – 7434

# Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br/ame



## CARDÁPIO ESCOLAR / CMEI DE 06 A 12 MESES 01 A 04 DE OUTUBRO DE 2024

| HORA  | SEGUNDA | TERÇA (01)   | QUARTA (02)   | QUINTA (03)  | SEXTA (04)   |
|-------|---------|--|---|--|--|
| 8:00  |         | Chá de Erva-Doce*<br>Pão com Manteiga  | Leite Materno/Leite<br>(Fórmula)* / Bolacha   | Chá de Camomila*<br>Pão com Requeijão Caseiro  | Chá de Erva-Doce*<br>Pão com Manteiga  |
| 9:30  |         | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula<br>Infantil)                                       | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula<br>Infantil)  | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula<br>Infantil)   | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula<br>Infantil)   |
| 11:00 |         | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Macarrão a Bolonhesa | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Filé de Frango ao Sugo e<br>Desfiado<br>Polenta Cremosa | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Tiras Bovinas Grelhadas<br>Canjiquinha | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Coxa de Frango Assada e<br>Desfiada<br>Farofa Colorida |
| 14:00 |         | Papinha de Frutas  | Papinha de Frutas   | Papinha de Frutas  | Papinha de Frutas  |
| 16:00 |         | Canjiquinha com Frango<br>Desfiado e Legumes   | Risoto de Carne Desfiada<br>com Legumes   | Macarrão a Bolonhesa e<br>Legumes  | Sopa de Carne Desfiada com<br>Legumes  |

**Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.**

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x.

O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha

\* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar

### Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

| Faixa Etária     | Energia ou VET | Carboidratos | Proteínas | Lipídeos | Vit A      | Vit C   | Cálcio    | Ferro   |
|------------------|----------------|--------------|-----------|----------|------------|---------|-----------|---------|
| de 06 a 12 meses | 471,25 Kcal    | 63,28 g      | 12,57 g   | 14,57 g  | 358,21 mcg | 37,2 mg | 180,27 mg | 4,78 mg |

Fernanda Marques  
Fernanda O. Carrero Marques  
Quádro Técn.: Nutricionista / CRN 8 – 5961

Jaqueline de Oliveira Erick  
Jaqueline de Oliveira Erick  
Resp. Técn.: Nutricionista / CRN 8 – 7434





Moradia Escolar de Apucarana



# Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br/ame



## CARDÁPIO ESCOLAR / CMEI DE 06 A 12 MESES 07 A 11 DE OUTUBRO DE 2024

| HORA  | SEGUNDA (07)  | TERÇA (08)  | QUARTA (09)   | QUINTA (10)  | SEXTA (11)   |
|-------|---|---|---|--|--|
| 8:00  | Chá de Camomila*<br>Pão com Manteiga  | Leite Materno/Leite (Fórmula)* / Bolacha  | Chá de Erva-Doce*<br>Pão com Manteiga   | Leite Materno/Leite (Fórmula)* / Bolacha   | Leite Materno/Leite (Fórmula)*<br>Bolacha  |
| 9:30  | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula Infantil)   | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula Infantil)   | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula Infantil)   | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula Infantil)  | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula Infantil)  |
| 11:00 | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Ovo Cozido<br>Farofa Colorida | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Frango Grelhado e Desfiado<br>Batata Salteada | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Carne de Porco Grelhada e Desfiada<br>Canjiquinha | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Coxa de Frango Ao Sugo e Desfiada<br>Polenta Cremosa | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Nhoque a Bolonhesa |
| 14:00 | Papinha de Frutas   | Papinha de Frutas   | Papinha de Frutas   | Papinha de Frutas  | Papinha de Frutas  |
| 16:00 | Canja de Galinha com Legumes  | Sopa de Feijão com Carne Desfiada   | Polenta Cremosa com Frango Desfiado e Legumes   | Sopa de Carne Desfiada e Legumes   | Risoto de Frango Desfiado e Legumes  |

**Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.**

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x.

O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha

\* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar

### Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

| Faixa Etária     | Energia ou VET | Carboidratos | Proteínas | Lipídeos | Vit A      | Vit C    | Cálcio    | Ferro   |
|------------------|----------------|--------------|-----------|----------|------------|----------|-----------|---------|
| de 06 a 12 meses | 480,24 Kcal    | 70,25 g      | 14,69 g   | 14,57 g  | 361,27 mcg | 31,27 mg | 180,36 mg | 5,12 mg |

Fernanda Marques  
Fernanda O. Carrero Marques  
Quadro Téc.: Nutricionista / CRN 8 – 5961

Jaqueline de Oliveira Erick  
Jaqueline de Oliveira Erick  
Resp. Téc.: Nutricionista / CRN 8 – 7434





# Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br/ame



## CARDÁPIO ESCOLAR / CMEI DE 06 A 12 MESES 14 A 18 DE OUTUBRO DE 2024

| HORA  | SEGUNDA (14) | TERÇA (15)   | QUARTA (16)   | QUINTA (17)   | SEXTA (18)  |
|-------|--------------|--|---|---|---|
| 8:00  | Recesso      | Leite Materno/Leite (Fórmula)* / Bolacha   | Chá de Camomila*<br>Pão com Manteiga  | Leite Materno/Leite (Fórmula)* / Bolacha  | Chá de Erva-Doce*<br>Pão com Requeijão Caseiro  |
| 9:30  | Recesso      | Mamadeira (Leite Materno/Fórmula Infantil)   | Mamadeira (Leite Materno/Fórmula Infantil)  | Mamadeira (Leite Materno/Fórmula Infantil)  | Mamadeira (Leite Materno/Fórmula Infantil)  |
| 11:00 | Recesso      | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Omelete de Forno<br>Macarrão Alho e Óleo | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Filé de Frango Grelhado e Desfiado<br>Polenta Cremosa | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Carne de Panela Desfiada<br>Farofa Colorida | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Coxa de Frango Assada e Desfiada<br>Canjiquinha |
| 14:00 | Recesso      | Papinha de Frutas  | Papinha de Frutas   | Papinha de Frutas   | Papinha de Frutas   |
| 16:00 | Recesso      | Canjiquinha com Carne Moída e Legumes  | Macarrão com Carne de Porco Desfiada e Legumes  | Sopa de Frango Desfiado e Legumes   | Risoto de Carne Desfiada e Legumes  |

**Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.**

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x.

O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha

\* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar

### Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

| Faixa Etária     | Energia ou VET | Carboidratos | Proteínas | Lípideos | Vit A      | Vit C    | Cálcio    | Ferro   |
|------------------|----------------|--------------|-----------|----------|------------|----------|-----------|---------|
| de 06 a 12 meses | 471,04 Kcal    | 71,58 g      | 14,69 g   | 17,58 g  | 351,28 mcg | 35,68 mg | 180,27 mg | 5,27 mg |

*Fernanda O. Carrero Marques*  
**Fernanda O. Carrero Marques**  
Quadro Téc.: Nutricionista / CRN 8 - 5961

*Jaqueline de Oliveira Erick*  
**Jaqueline de Oliveira Erick**  
Resp. Téc.: Nutricionista / CRN 8 - 7434





# Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br/ame



## CARDÁPIO ESCOLAR / CMEI DE 06 A 12 MESES 21 A 25 DE OUTUBRO DE 2024

| HORA  | SEGUNDA (21)   | TERÇA (22)  | QUARTA (23)  | QUINTA (24)  | SEXTA (25)   |
|-------|--|---|--|--|--|
| 8:00  | Chá de Camomila*<br>Pão com Manteiga   | Leite Materno/Leite (Fórmula)* / Bolacha  | Chá de Camomila*<br>Pão com Requeijão Caseiro  | Leite Materno/Leite (Fórmula)* / Bolacha   | Leite Materno/Leite (Fórmula)* / Bolacha   |
| 9:30  | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula Infantil)  | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula Infantil)   | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula Infantil)  | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula Infantil)  | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula Infantil)  |
| 11:00 | Papinha de Frutas:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Ovo Mexido<br>Farofa Colorida | Papinha de Frutas:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Carne de Porco de Panela e Desfiada<br>Canjiquinha | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Escondidinho de Frango | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Carne de Panela Desfiada<br>Macarrão ao Sugo | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Coxa de Frango ao Sugo e Desfiada<br>Polenta Cremosa |
| 14:00 | Papinha de Frutas  | Papinha de Frutas   | Papinha de Frutas  | Papinha de Frutas  | Papinha de Frutas  |
| 16:00 | Macarrão a Bolonesa  | Sopa de Frango Desfiado com Legumes   | Sopa de Feijão com Carne Desfiada e Legumes  | Canja de Galinha com Legumes   | Risoto de Carne Desfiada e Legumes   |

**Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.**

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x.

O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha

\* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar

### Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

| Faixa Etária     | Energia ou VET | Carboidratos | Proteínas | Lípideos | Vit A      | Vit C    | Cálcio    | Ferro   |
|------------------|----------------|--------------|-----------|----------|------------|----------|-----------|---------|
| de 06 a 12 meses | 469,57 Kcal    | 68,24 g      | 14,58 g   | 17,68 g  | 358,24 mcg | 35,21 mg | 180,27 mg | 5,24 mg |

Fernanda Marques  
Fernanda O. Carrero Marques  
Quadro Téc.: Nutricionista / CRN 8 - 5961

Jaqueline de Oliveira Erick  
Jaqueline de Oliveira Erick  
Resp. Téc.: Nutricionista / CRN 8 - 7434





# Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br/ame



## CARDÁPIO ESCOLAR / CMEI DE 06 A 12 MESES 28 A 31 DE OUTUBRO DE 2024

| HORA  | SEGUNDA (28)   | TERÇA (29)   | QUARTA (30)   | QUINTA (31)   | SEXTA |
|-------|--|--|---|---|-------|
| 8:00  | Leite Materno/Leite (Fórmula)*<br>Bolacha  | Chá de Erva-Doce*<br>Pão com Manteiga  | Leite Materno/Leite (Fórmula)* / Bolacha  | Leite Materno/Leite (Fórmula)*<br>Pão com Requeijão Caseiro   |       |
| 9:30  | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula Infantil)  | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula Infantil)  | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula Infantil)   | Mamadeira<br>(Leite Materno/Fórmula Infantil)   |       |
| 11:00 | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Omelete de Forno<br>Macarrão Alho e Óleo | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Filé de Frango ao Sugo e Desfiado<br>Polenta Cremosa | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Tirinhas Bovinas Ao Sugo<br>Canjiquinha | Papinha de:<br>Arroz Branco<br>Feijão Cozido<br>Legumes/Salada<br>Coxa de Frango ao Sugo<br>Desfiado<br>Farofa Colorida |       |
| 14:00 | Papinha de Frutas  | Papinha de Frutas  | Papinha de Frutas   | Papinha de Frutas   |       |
| 16:00 | Polenta Cremosa com Carne Moída  | Macarrão com Carne de Porco Desfiada   | Sopa de Frango com Legumes  | Risoto de Carne Desfiada e Legumes  |       |

**Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.**  
Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x.  
O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha  
\* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar

### Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

| Faixa Etária     | Energia ou VET | Carboidratos | Proteínas | Lípidos | Vit A      | Vit C    | Cálcio    | Ferro   |
|------------------|----------------|--------------|-----------|---------|------------|----------|-----------|---------|
| de 06 a 12 meses | 471,28 Kcal    | 69,24 g      | 14,57 g   | 14,68 g | 358,14 mcg | 35,21 mg | 184,21 mg | 5,14 mg |

*Fernanda Marques*  
**Fernanda O. Carrero Marques**  
Quadr. Téc.: Nutricionista / CRN 8 - 5961

*Jaqueline de Oliveira Erick*  
**Jaqueline de Oliveira Erick**  
Resp. Téc.: Nutricionista / CRN 8 - 7434

