

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE MANGUEIRINHA – PARANÁ
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
 MODALIDADE DE ENSINO PARCIAL

CARDÁPIO

INTOLERÂNCIA A LACTOSE - S/L

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)

ABRIL - 2024



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 01	TERÇA - FEIRA 02	QUARTA - FEIRA 03	QUINTA - FEIRA 04	SEXTA - FEIRA 05
Café da manhã 07h45min	*Café com leite S/L *Bolacha salgada S/L *Banana	*Chá matte *Pão com doce *Maça	*Leite S/L c/ chocolate 50% *Bolacha salgada S/L *Banana	*Café com leite S/L *Pão com doce *Maça	*Chá matte *Pão com doce *Banana
Lanche da manhã: 10h00min	*Arroz e feijão carioca *Carne suína *Polenta cremosa *Tomate c/ grão de bico e alface *Banana (sobremesa)	*Sagu com suco de uva *Quibe assado *Maça (sobremesa)	*Arroz int. e feijão preto *Coxa ao molho *Batata c/ orégano *Brócolis e repolho c/ cenoura *Laranja (sobremesa)	*Arroz e lentilha *Carne bovina refogada *Farofa colorida *Beterraba e tomate *Maça (sobremesa)	*Torta salgada de frango com legumes sem leite *Chá *Melão (sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g	
	492,96 Kcal	75 g	16 g	15 g	
Lanche da tarde: 15h00min	*Arroz e feijão carioca *Carne suína *Polenta cremosa *Tomate c/ grão de bico e alface *Banana (sobremesa)	*Sagu com suco de uva *Quibe assado *Maça (sobremesa)	*Arroz int. e feijão preto *Coxa ao molho *Batata c/ orégano *Brócolis e repolho c/ cenoura *Laranja (sobremesa)	*Arroz e lentilha *Carne bovina refogada *Farofa colorida *Beterraba e tomate *Maça (sobremesa)	*Torta salgada de frango com legumes sem leite *Chá *Melão (sobremesa)
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g	PTN (g) 10% à 25% do VET 8g à 12g	LPD (g) 20% à 35% do VET 9g à 13g	
	328,85 Kcal	51 g	12g	10 g	

ADAPTAR AS PREPARAÇÕES DO MÊS, CONFORME O PALADAR DOS ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

*ANDRÉ DORINI *SÃO FRANCISCO *ODILA GARCEZ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE MANGUEIRINHA – PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
MODALIDADE DE ENSINO PARCIAL

CARDÁPIO

INTOLERÂNCIA A LACTOSE - S/L

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)

ABRIL - 2024



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 08	TERÇA - FEIRA 09	QUARTA - FEIRA 10	QUINTA - FEIRA 11	SEXTA - FEIRA 12
Café da manhã 07h45min	*Café com leite S/L *Bolacha salgada S/L *Banana	*Chá matte *Pão com doce *Maça	*Leite S/L c/ chocolate 50% *Bolacha salgada S/L *Banana	*Café com leite S/L *Pão com doce *Maça	*Chá matte *Pão com doce *Banana
Lanche da manhã: 10h00min	*Risoto colorido c/ abobrinha *Feijão preto *Repolho e tomate *Banana (sobremesa)	*Macarrão caseiro c/ carne molda *Chuchu e couve flor *Maça (sobremesa)	*Sanduiche de frango com alface, tomate e cenoura *Suco de uva *Banana (sobremesa)	*Arroz e feijão carioca *Batata doce *Carne suína *Acelga, tomate e grão de bico *Manga (sobremesa)	*Bolo de mandioca c/ açúcar mascavo sem leite *Iogurte sem lactose *Abacaxi (sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g	
	492,53 Kcal	76g	16g	15g	
Lanche da tarde: 15h00min	*Risoto colorido c/ abobrinha *Feijão preto *Repolho e tomate *Banana (sobremesa)	*Macarrão caseiro c/ carne molda *Chuchu e couve flor *Maça (sobremesa)	*Sanduiche de frango com alface, tomate e cenoura *Suco de uva *Banana (sobremesa)	*Arroz e feijão carioca *Batata doce *Carne suína *Acelga, tomate e grão de bico *Manga (sobremesa)	*Bolo de mandioca c/ açúcar mascavo sem leite *Iogurte sem lactose *Abacaxi (sobremesa)
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g	PTN (g) 10% à 25% do VET 8g à 12g	LPD (g) 20% à 35% do VET 9g à 13g	
	329,35 Kcal	48g	9g	11g	

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

*ANDRÉ DORINI *SÃO FRANCISCO *ODILA GARCEZ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE MANGUEIRINHA – PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
MODALIDADE DE ENSINO PARCIAL

CARDÁPIO

INTOLERÂNCIA A LACTOSE - S/L

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)

ABRIL - 2024



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 15	TERÇA - FEIRA 16	QUARTA - FEIRA 17	QUINTA - FEIRA 18	SEXTA - FEIRA 19
Café da manhã 07h45min	*Café com leite S/L *Bolacha salgada S/L *Banana	*Chá matte *Pão com doce *Maça	*Leite S/L c/ chocolate 50% *Bolacha salgada S/L *Banana	*Café com leite S/L *Pão com doce *Maça	*Chá matte *Pão com doce *Banana
Lanche da manhã: 10h00min	*Quirera c/ carne suína e arroz *Abobrinha refogada *Feijão preto *Beterraba e brócolis *Maça (sobremesa)	*Pipoca salgada *Suco de uva *Banana	*Arroz e feijão preto *Coxa ao molho *Macarrão Int. parafuso *Alface e repolho c/ tomate e couve *Melancia (sobremesa)	*Vitamina de banana com maça (Leite s/ lactose) *Torta salgada de carne moída	*Arroz e lentilha *Strogonoff *Batata c/ orégano *Alface e repolho c/ tomate *Mamão (sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g	Engrossar o leite SL com amido para acrescentar ao molho do estrogonoff
	492,68 Kcal	72g	16g	15g	
Lanche da tarde: 15h00min	*Quirera c/ carne suína e arroz *Abobrinha refogada *Feijão preto *Beterraba e brócolis *Maça (sobremesa)	*Pipoca salgada *Suco de uva *Banana	*Arroz e feijão preto *Coxa ao molho *Macarrão Int. parafuso *Alface e repolho c/ tomate e couve *Melancia (sobremesa)	*Vitamina de banana com maça (Leite s/ lactose) *Torta salgada de carne moída	*Arroz e lentilha *Strogonoff *Batata c/ orégano *Alface e repolho c/ tomate *Mamão (sobremesa)
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g	PTN (g) 10% à 25% do VET 8g à 12g	LPD (g) 20% à 35% do VET 9g à 13g	
	329 Kcal	50g	10g	11g	

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

*ANDRÉ DORINI *SÃO FRANCISCO *ODILA GARCEZ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE MANGUEIRINHA – PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
MODALIDADE DE ENSINO PARCIAL

CARDÁPIO

INTOLERÂNCIA A LACTOSE - S/L

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)

ABRIL - 2024



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 22	TERÇA - FEIRA 23	QUARTA - FEIRA 24	QUINTA - FEIRA 25	SEXTA - FEIRA 26
Café da manhã 07h45min	*Café com leite S/L *Bolacha salgada S/L *Banana	*Chá matte *Pão com doce *Maça	*Leite S/L c/ chocolate 50% *Bolacha salgada S/L *Banana	*Café com leite S/L *Pão com doce *Maça	*Chá matte *Pão com doce *Banana
Lanche da manhã: 10h00min	*Canjica cremosa com açúcar mascavo (leite s/ lactose) *Banana (sobremesa)	*Arroz integral e feijão preto *Carne suína *Batata doce *Alface e chuchu *Ponkan (sobremesa)	*Milho verde cozido *Maça	*Arroz *Feijão carioca *Carne moída c/ molho *Macarrão espaguete *Couve flor e cenoura *Ponkan(sobremesa)	*Arroz *Feijão preto *Carne em cubos refogada *Guisado de abóbora *Repolho c/ cenoura
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g	
	493,25 Kcal	76g	14g	15g	
Lanche da tarde: 15h00min	*Canjica cremosa com açúcar mascavo (leite s/ lactose) *Banana (sobremesa)	*Arroz integral e feijão preto *Carne suína *Batata doce *Alface e chuchu *Ponkan (sobremesa)	*Milho verde cozido *Maça	*Arroz *Feijão carioca *Carne moída c/ molho *Macarrão espaguete *Couve flor e cenoura *Ponkan(sobremesa)	*Arroz *Feijão preto *Carne em cubos refogada *Guisado de abóbora *Repolho c/ cenoura
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g	PTN (g) 10% à 25% do VET 8g à 12g	LPD (g) 20% à 35% do VET 9g à 13g	
	328,75 Kcal	52g	9g	10g	

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

*ANDRÉ DORINI *SÃO FRANCISCO *ODILA GARCEZ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE MANGUEIRINHA – PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
MODALIDADE DE ENSINO PARCIAL

CARDÁPIO

INTOLERÂNCIA A LACTOSE - S/L FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)

ABRIL - 2024



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 29	TERÇA - FEIRA 30	QUARTA - FEIRA 01 FERIADO	QUINTA - FEIRA 02	SEXTA - FEIRA 03
Café da manhã 07h45min	*Bolacha salgada S/L *Banana	*Pão com doce *Maça		*Pão com doce *Maça	*Pão com doce *Banana
Lanche da manhã: 10h00min	*Macarrão caseiro *Coxa ao molho *Tomate com grão de bico e beterraba *Maça (sobremesa)	*Sopa de legumes (batata, abobrinha, cenoura, brócolis, couve flor, chuchu) com peito de frango e macarrão cabelo de anjo *Laranja (sobremesa)		*Cereal com leite batido com banana e maça e açúcar mascavo *Manga (sobremesa)	*Arroz, feijão preto *Vaca atolada com carne em cubos *Couve flor e brócolis *Banana (sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g	
	492,89 Kcal	76g	16g	15g	
Lanche da tarde: 15h00min	*Macarrão caseiro *Coxa ao molho *Tomate com grão de bico e beterraba *Maça (sobremesa)	*Sopa de legumes (batata, abobrinha, cenoura, brócolis, couve flor, chuchu) com peito de frango e macarrão cabelo de anjo *Laranja (sobremesa)		*Cereal com leite batido com banana e maça e açúcar mascavo *Manga (sobremesa)	*Arroz, feijão preto *Vaca atolada com carne em cubos *Couve flor e brócolis *Banana (sobremesa)
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g	PTN (g) 10% à 25% do VET 8g à 12g	LPD (g) 20% à 35% do VET 9g à 13g	
	330 Kcal	52g	11g	10g	

Vanessa Pan
Vanessa Pan
Nutricionista da Educação Escolar
CRN: 89800

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

***ANDRÉ DORINI *SÃO FRANCISCO *ODILA GARCEZ**