

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

CARDÁPIO



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	*Leite c/ chocolate 50% *Bolacha salgada *Banana	*Chá matte *Bolacha de fubá *Maça	*Leite c/ chocolate 50% *Ovo mexido e cuca *Banana	*Café com leite *Pão com requeijão *Maça	*Chá matte *Pão com manteiga *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	
	493,76 Kcal	76g	17g	14 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	
	329,35 Kcal	49g	11g	9g	

OBS: OS CARDÁPIOS DE ABRIL, PODEM SOFRER ALTERAÇÕES PRINCIPALMENTE DE FRUTAS E HORTALIÇAS, DEVIDO A SOZONALIDADE

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

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

CARDÁPIO

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



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 *Bolacha salgada *Banana	*Chá matte *Bolacha de caseira *Maça	*Leite c/ chocolate 50% *Ovo mexido e cuca *Banana	*Café com leite *Pão com requeijão *Maça	*Chá matte *Pão com manteiga *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 *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	
	495,58 Kcal	79g	15g	14g	
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 *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	
	329,07 Kcal	51g	11g	9g	

ADAPTAR AS PREPARAÇÕES 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

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 *Bolacha salgada *Banana	*Chá matte *Bolacha de polvilho *Maça	*Leite c/ chocolate 50% *Ovo mexido e cuca *Banana	*Café com leite *Pão com requeijão *Maça	*Chá matte *Pão com manteiga *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 *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	
	495,23 Kcal	73g	17g	16g	
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 *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	
	329,58 Kcal	48g	11g	10g	

****Estes cardápios estão sujeitos a alterações, principalmente de frutas e hortaliças.**

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

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 *Bolacha salgada *Banana	*Chá matte *Bolacha de fubá *Maça	*Leite c/ chocolate 50% *Ovo mexido e cuca *Banana	*Café com leite *Pão com requeijão *Maça	*Chá matte *Pão com manteiga *Banana
Lanche da manhã: 10h00min	*Canjica cremosa com açúcar mascavo *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 *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	
	494 Kcal	79g	16g	14 g	
Lanche da tarde: 15h00min	*Canjica cremosa com açúcar mascavo *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 *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	
	330 Kcal	52g	11g	9g	

****Estes cardápios estão sujeitos a alterações, principalmente de frutas e hortaliças.**

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

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	*Café com leite *Bolacha salgada *Banana	*Chá matte *Bolacha de fubá *Maça		*Café com leite *Pão com requeijão *Maça	*Chá matte *Pão com manteiga *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: 493 492 Kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 80g 77g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g 17g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g 14 g	
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: 329 330,91 Kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g 51g	PTN (g) 10% à 25% do VET 8g à 12g 11g	LPD (g) 20% à 35% do VET 9g à 13g 9 g	

Vanessa Pan
Vanessa Pan
Nutricionista da Merenda Escolar
CRN: 89800

**Estes cardápios estão sujeitos a alterações, principalmente de frutas e hortaliças.

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

LEMBRE-SE:

- * Cabelos bem presos e totalmente protegidos com rede ou touca;
- * Unhas curtas, limpas e sem esmalte;
- * Roupas/uniformes limpos;
- * Sapatos fechados e limpos;
- * Não usar adornos (jóias, bijouterias, relógios, etc);
- * Não utilizar maquiagem no ambiente de trabalho;
- * Manter uma boa higiene pessoal de modo geral (ducha antes do trabalho, escovar dentes regularmente, etc);
- * Realizar a lavagem das mãos da maneira correta e com frequência (ao sair e ao chegar, antes de preparar alimentos, ao tossir, espirrar ou assoar o nariz, após usar o banheiro, após mexer com lixo e restos alimentares, após manusear dinheiro ou outros objetos, após fumar, sempre que mudar de atividade);
- * Em caso de ferimentos nas mãos, procurar ser direcionado para outra função que não exija contato com alimentos, até completa cicatrização;
- * Manter as portas e janelas teladas fechadas;
- * Fazer a correta higienização dos alimentos;
- * Manter produtos de higiene armazenados em local próprio e longe de alimentos;
- * Ao manusear estes produtos (de limpeza), utilizar luvar de borracha;
- * Não higienizar utensílios e manipular alimentos no mesmo local;
- * Não realizar a limpeza do local durante a preparação dos alimentos;
- * Ficar sempre atentos à data de validade dos produtos, utilizando-os no tempo correto (ou devolvendo-os para redistribuição), evitando assim desperdícios e mantendo a qualidade das refeições.

Vanessa Pan - CRN8 - 9800 Nutricionista RT