

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
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)	<b>Energia (Kcal)</b> *VR: 329	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 45g à 53g	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 8g à 12g	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 9g à 13g	
	329,35 Kcal	49g	11g	9g	

## FUNDAMENTAL I (4-6 ANOS) ABRIL - 2024

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)	<b>Energia (Kcal)</b> *VR: 270	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 37g à 44g	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 7g à 10g	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 8g à 11g	
	271,70 Kcal	42g	10g	8g	

ESCOLA ATENDIDA COM ESSE CARDÁPIO:

\*BENTO \* MONTEIRO \*OSVALDO  
\*PEDRO

ALUNOS COM INTOLERÂNCIA A LACTOSE E APLV  
SÃO EXCLUSIVOS DA ESCOLA BENTO E OSVALDO

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 08	TERÇA - FEIRA 09	QUARTA - FEIRA 10	QUINTA - FEIRA 11	SEXTA - FEIRA 12
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)	<b>Energia (Kcal)</b> *VR: 329	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 45g à 53g	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 8g à 12g	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 9g à 13g	
	329,07 Kcal	51g	11g	9g	

## FUNDAMENTAL I (4-6 ANOS) ABRIL - 2024

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)	<b>Energia (Kcal)</b> *VR: 270	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 37g à 44g	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 7g à 10g	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 8g à 11	
	271,29 Kcal	42g	9g	8g	

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

**O IOGURTE DO DIA 12 DEVE SER OFERTADO O SEM LACTOSE E DE SOJA PARA ALUNOS  
COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS**

**ESCOLA ATENDIDA COM ESSE CARDÁPIO:**

**\*BENTO \* MONTEIRO \*OSVALDO  
\*PEDRO**

**ALUNOS COM INTOLERÂNCIA A LACTOSE E APLV  
SÃO EXCLUSIVOS DA ESCOLA BENTO E OSVALDO**

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
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)	<b>Energia (Kcal)</b> *VR: 329	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 45g à 53g	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 8g à 12g	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 9g à 13g	
	329,58 Kcal	48g	11g	10g	

## FUNDAMENTAL I (4-6 ANOS)

### ABRIL - 2024

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)	<b>Energia (Kcal)</b> *VR: 270	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 37g à 44g	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 7g à 10g	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 8g à 11	
	271,07 Kcal	39g	10g	8g	

**AS PREPARAÇÕES DOS DIAS 18 E 19 DEVEM SER PREPARADOS COM LEITE SEM LACTOSE E DE SOJA ENGROSSADOS COM AMIDO PARA ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES**

ESCOLA ATENDIDA COM ESSE CARDÁPIO:

\*BENTO \* MONTEIRO \*OSVALDO  
\*PEDRO

ALUNOS COM INTOLERÂNCIA A LACTOSE E APLV  
SÃO EXCLUSIVOS DA ESCOLA BENTO E OSVALDO

# 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 22	TERÇA - FEIRA 23	QUARTA - FEIRA 24	QUINTA - FEIRA 25	SEXTA - FEIRA 26
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)	<b>Energia (Kcal)</b> *VR: 329	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 45g à 53g	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 8g à 12g	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 9g à 13g	
	330 Kcal	52g	11g	9g	

## FUNDAMENTAL I (4-6 ANOS)

**ABRIL - 2024**

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)	<b>Energia (Kcal)</b> *VR: 270	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 37g à 44g	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 7g à 10g	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 8g à 11	
	270,63 Kcal	43g	8g	8g	

**A PREPARAÇÃO DO DIA 22 DEVE SER PREPARADO COM LEITE SEM LACTOSE E DE SOJA PARA ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS**

ESCOLA ATENDIDA COM ESSE CARDÁPIO:

\*BENTO \* MONTEIRO \*OSVALDO  
\*PEDRO

ALUNOS COM INTOLERÂNCIA A LACTOSE E APLV  
SÃO EXCLUSIVOS DA ESCOLA BENTO E OSVALDO

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
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 maçã 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)	<b>Energia (Kcal)</b> *VR: 329 330,91 Kcal	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 45g à 53g 51g	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 8g à 12g 13g	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 9g à 13g 9g	

## FUNDAMENTAL I (4-6 ANOS)

**ABRIL - 2024**

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 maçã 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)	<b>Energia (Kcal)</b> *VR: 270 268,70 Kcal	<b>CHO (g)</b> 55% à 65% do VET 37g à 44g 42g	<b>PTN (g)</b> 10% à 25% do VET 7g à 10g 10g	<b>LPD (g)</b> 20% à 35% do VET 8g à 11g 8g	 Vanessa Pan Nutricionista da Merenda Escolar CRN: 89800

**A PREPARAÇÃO DO DIA 02 USAR LEITE SEM LACTOSE E / OU DE SOJA, DE ACORDO COM CADA NECESSIDADE ALIMENTAR**

**ESCOLA ATENDIDA COM ESSE CARDÁPIO:**

**\*BENTO \* MONTEIRO \*OSVALDO  
\*PEDRO**

**ALUNOS COM INTOLERÂNCIA A LACTOSE E APLV  
SÃO EXCLUSIVOS DA ESCOLA BENTO E OSVALDO**



**E lembrem-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

**ESCOLA ATENDIDA COM ESSE CARDÁPIO:**

**\*BENTO \* MONTEIRO \*OSVALDO  
\*PEDRO**

**ALUNOS COM INTOLERÂNCIA A LACTOSE E APLV  
SÃO EXCLUSIVOS DA ESCOLA BENTO E OSVALDO**