

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

CARDÁPIO



FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) FEVEREIRO - 2024

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 05 FÉRIAS	TERÇA - FEIRA 06	QUARTA - FEIRA 07	QUINTA - FEIRA 08	SEXTA - FEIRA 09
Entrada 13h00min		*Banana	*Melancia	*Banana	*Abacaxi
Lanche da tarde: 15h00min		*Risoto colorido e feijão preto *Brócolis *Alface *Morango (sobremesa)	*Sagu com suco de uva *Quibe assado *Banana	*Arroz branco e lentilha *Tilápia refogada *Batata ensopada *Repolho c/ tomate *abacaxi (sobremesa)	*Quirera com peito de frango *Feijão carioca *Pepino e cenoura *Melancia (sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g	
	495,12 Kcal	77,93g	16,75g	13,63g	

PRÉ ESCOLAR (4-6 ANOS) FEVEREIRO - 2024

Entrada 13h00min		*Banana	*Melancia	*Banana	*Abacaxi
Lanche da tarde: 15h00min		*Risoto colorido e feijão preto *Brócolis *Alface *Morango (sobremesa)	*Sagu com suco de uva *Quibe assado *Banana	*Arroz branco e lentilha *Tilápia refogada *Batata ensopada *Repolho c/ tomate *abacaxi (sobremesa)	*Quirera com peito de frango *Feijão carioca *Pepino e cenoura *Melancia (sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 405	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g	
	405,22 Kcal	64,93g	13,48g	11,11g	

ESCOLA ATENDIDA COM ESSE CARDÁPIO:

*JOSÉ DANGUI

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

CARDÁPIO



FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) FEVEREIRO - 2024

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 12	TERÇA - FEIRA 13	QUARTA - FEIRA 14	QUINTA - FEIRA 15	SEXTA - FEIRA 16
Entrada 13h00min				*Banana	*Melão
Lanche da tarde: 15h00min				*Macarronada caseira *Coxa ao molho *Cenoura *Repolho com tomate *Melão (sobremesa)	*Vitamina de banana *Quibe assado
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g	
	493,93 Kcal	68,54g	17,21g	18,37g	

PRÉ ESCOLAR (4-6 ANOS) FEVEREIRO - 2024

Entrada 13h00min				*Banana	*Melão
Lanche da tarde: 15h00min				*Macarronada caseira *Coxa ao molho *Cenoura *Repolho com tomate *Melão (sobremesa)	*Vitamina de banana *Quibe assado
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 405	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g	
	406,71 Kcal	59,07g	14,26g	14,08g	

ESCOLA ATENDIDA COM ESSE CARDÁPIO:

*JOSÉ DANGUI

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

CARDÁPIO



FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) FEVEREIRO - 2024

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 19	TERÇA - FEIRA 20	QUARTA - FEIRA 21	QUINTA - FEIRA 22	SEXTA - FEIRA 23
Entrada 13h00min	*Banana	*Maça	*Manga	*Banana	*Mamão
Lanche da tarde: 15h00min	*Quirera com carne suína *Feijão carioca *Alface e tomate *Banana (sobremesa)	*Bolo simples c/ açúcar mascavo sem leite *Suco de uva s/açúcar *Manga	*Carreteiro de carne bovina desfiada *Feijão preto *Couve flor *Cenoura *Banana (sobremesa)	*Suco de uva s/açúcar *Torta de frango sem leite *Mamão	*Vaca atolada c/ carne bovina *Alface *Beterraba e cenoura *Maça
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g	
	492,26 Kcal	79,96g	13,56g	18,16g	

PRÉ ESCOLAR (4-6 ANOS) FEVEREIRO - 2024

Entrada 13h00min	*Banana	*Maça	*Manga	*Banana	*Mamão
Lanche da tarde: 15h00min	*Quirera com carne suína *Feijão carioca *Alface e tomate *Banana (sobremesa)	*Bolo simples c/ açúcar mascavo sem leite *Suco de uva s/açúcar *Manga	*Carreteiro de carne bovina desfiada *Feijão preto *Couve flor *Cenoura *Banana (sobremesa)	*Suco de uva *Torta de frango sem leite *Mamão	*Vaca atolada c/ carne bovina *Alface *Beterraba e cenoura *Maça
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 405	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g	
	405,93 Kcal	65,82g	12,43g	14,62g	

ESCOLA ATENDIDA COM ESSE CARDÁPIO:

*JOSÉ DANGUI

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

CARDÁPIO



FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) FEVEREIRO - 2024

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 26	TERÇA - FEIRA 27	QUARTA - FEIRA 28	QUINTA - FEIRA 29	SEXTA - FEIRA 01/03
Entrada 13h00min	*Banana	*Morango	*Banana	*Laranja	*Abacaxi
Lanche da tarde: 15h00min	*Macarrão caseiro *Lentilha *Carne moída c/ molho *Beterraba e cenoura *Morango (sobremesa)	*Milho verde espiga cozido *Morango e banana	*Carne moída *Polenta cremosa *Repolho e tomate e couve *Laranja (sobremesa)	*Sanduiche de frango *Iogurte *Abacaxi	*Arroz integral *Feijão preto *Coxa ao molho *Batata doce *Chuchu e Pepino *Abacaxi (sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g	
	493,05 Kcal	76,90g	19,17g	13,71g	

PRÉ ESCOLAR (4-6 ANOS) FEVEREIRO - 2024

Entrada 13h00min	*Banana	*Morango	*Banana	*Laranja	*Abacaxi
Lanche da tarde: 15h00min	*Macarrão caseiro *Lentilha *Carne moída c/ molho *Beterraba e cenoura *Morango (sobremesa)	*Milho verde espiga cozido *Morango e banana	*Carne moída *Polenta cremosa *Repolho e tomate e couve *Laranja (sobremesa)	*Sanduiche de frango *Iogurte *Abacaxi	*Arroz integral *Feijão preto *Coxa ao molho *Batata doce *Chuchu e Pepino *Abacaxi (sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 405	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g	
	405,59Kcal	63,25g	15,23g	11,72g	

Vanessa Pan
Vanessa Pan
Nutricionista da Merenda Escolar
CRN: 89800

ESCOLA ATENDIDA COM ESSE CARDÁPIO:

*JOSÉ DANGUI

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

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