

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

CARDÁPIO



FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)

MAIO - 2024

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 06	TERÇA - FEIRA 07	"SABORES DA TERRA" QUARTA - FEIRA 08	QUINTA - FEIRA 09	SEXTA - FEIRA 10
Lanche da tarde: 15h00min	*Risoto colorido *Feijão preto *Repolho c/ cenoura e tomate *Laranja (sobremesa)	*Canjica com açúcar mascavo (cravo e canela) *Banana (sobremesa)	*Arroz integral com cenoura *Feijão carioca *Vaca atolada (carne em cubos com mandioca) *Alface e repolho (orgânicos) *Ponkan (sobremesa)	*Sopa de legumes com carne bovina, (Cenoura, batata, abobrinha e couve flor) e macarrão cabelo anjo *Banana (sobremesa)	*Macarrão penne com carne moída ao molho *Couve flor, beterraba e grão de bico *Maçã (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	A PREPARAÇÃO DO DIA 7 DEVE SER FEITA COM LEITE SEM LACTOSE E DE SOJA PARA ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS
	327 Kcal	50g	11g	11g	

FUNDAMENTAL I (4-6 ANOS)

MAIO - 2024

Lanche da tarde: 15h00min	*Risoto colorido *Feijão preto *Repolho c/ cenoura e tomate *Laranja (sobremesa)	*Canjica com açúcar mascavo (cravo e canela) *Banana (sobremesa)	*Arroz integral com cenoura *Feijão carioca *Vaca atolada (carne em cubos com mandioca) *Alface e repolho (orgânicos) *Ponkan (sobremesa)	*Sopa de legumes com carne bovina, (Cenoura, batata, abobrinha e couve flor) e macarrão cabelo anjo *Banana (sobremesa)	*Macarrão penne com carne moída ao molho *Couve flor, beterraba e grão de bico *Maçã (sobremesa)
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 270	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g	PTN (g) 10% à 25% do VET 7g à 10g	LPD (g) 20% à 35% do VET 8g à 11g	
	269,6 Kcal	42g	8g	9g	

ESCOLA ATENDIDA COM ESSE CARDÁPIO:

*BENTO * MONTEIRO *OSVALDO
*PEDRO

ALUNOS COM INTOLERÂNCIA À 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)

MAIO - 2024

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 13	TERÇA - FEIRA 14	QUARTA - FEIRA 15	QUINTA - FEIRA 16	SEXTA - FEIRA 17
Lanche da tarde: 15h00min	*Polenta cremosa *Carne moída *Repolho e tomate com cebolinha *Banana sobremesa)	*Macarronada caseira c/ coxa ao molho *Alface e brócolis *Maçã (sobremesa)	*Sopa de feijão com carne bovina com legumes (Cenoura, batata, brócolis, abóbriha) e macarrão cabelo de anjo *Melão (sobremesa)	*Bolo de fubá sem leite com goiabada *Chá matte *Manga (sobremesa)	*Arroz parb. *Strogonoff bovino *Batata com orégano *Salada mista (Acelga, couve e tomate) *Maçã (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	A PREPARAÇÃO DO DIA 17 DEVE SER FEITA COM CREME DE LEITE SEM LACTOSE E LEITE DE SOJA PARA ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS
	327,8 Kcal	50g	10g	11g	

FUNDAMENTAL I (4-6 ANOS)

MAIO - 2024

Lanche da tarde: 15h00min	*Polenta cremosa *Carne moída *Repolho e tomate com cebolinha *Banana sobremesa)	*Macarronada caseira c/ coxa ao molho *Alface e brócolis *Maçã (sobremesa)	*Sopa de feijão com carne bovina com legumes (Cenoura, batata, brócolis, abóbriha) e macarrão cabelo de anjo *Melão (sobremesa)	*Bolo de fubá sem leite com goiabada *Chá matte *Manga (sobremesa)	*Arroz parb. *Strogonoff bovino *Batata com orégano *Salada mista (Acelga, couve e tomate) *Maçã (sobremesa)
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 270	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g	PTN (g) 10% à 25% do VET 7g à 10g	LPD (g) 20% à 35% do VET 8g à 11	
	270,8 Kcal	39g	9g	10g	

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

ESCOLA ATENDIDA COM ESSE CARDÁPIO:

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

**ALUNOS COM INTOLERÂNCIA À 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)

MAIO - 2024



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 20	TERÇA - FEIRA 21	"SABORES DA TERRA" QUARTA - FEIRA 22	QUINTA - FEIRA 23	SEXTA - FEIRA 24
Lanche da tarde: 15h00min	*Arroz e feijão preto *Coxa refogada *Batata doce *Repolho c/tomate *Banana (sobremesa)	*Buraco quente (pão dog com carne moída e cenoura) *Iogurte *Maçã (sobremesa)	*Arroz integral e feijão carioca *Carne suína *Milho verde refogado *Alface e repolho (orgânicos) *Laranja bahia (sobremesa)	*Arroz e lentilha *Carne bovina em cubos *Farofa colorida c/ grão de bico *Couve flor e Beterraba cozida *Abacate (sobremesa)	*Bolo de cenoura sem leite com açúcar mascavo *Chá *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	No lanche do dia 21, para crianças intolerantes à lactose e APLV, o pão que deve ser ofertado é o pão caseiro.
	330 Kcal	50g	11g	11g	

FUNDAMENTAL I (4-6 ANOS)

MAIO - 2024

Lanche da tarde: 15h00min	*Arroz e feijão preto *Coxa refogada *Batata doce *Repolho c/tomate *Banana (sobremesa)	*Buraco quente (pão dog com carne moída e cenoura) *Iogurte *Maçã (sobremesa)	*Arroz integral e feijão carioca *Carne suína *Milho verde refogado *Alface e repolho (orgânicos) *Laranja bahia (sobremesa)	*Arroz e lentilha *Carne bovina em cubos *Farofa colorida c/ grão de bico *Couve flor e Beterraba cozida *Abacate (sobremesa)	*Bolo de cenoura sem leite com açúcar mascavo *Chá *Mamão (sobremesa)
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 270	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g	PTN (g) 10% à 25% do VET 7g à 10g	LPD (g) 20% à 35% do VET 8g à 11	
	271,4 Kcal	42g	9g	9g	

A PREPARAÇÃO DO DIA 21 DEVE SER OFERTADO IOGURTE SEM LACTOSE E DE SOJA PARA ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS

ESCOLA ATENDIDA COM ESSE CARDÁPIO:

*BENTO * MONTEIRO *OSVALDO
*PEDRO

ALUNOS COM INTOLERÂNCIA À 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)

MAIO - 2024



HORARIOS:	SEGUNDA - FEIRA 27	TERÇA - FEIRA 28	QUARTA - FEIRA 29	QUINTA - FEIRA 30 FERIADO	SEXTA - FEIRA 31 RECESSO
Lanche da tarde: 15h00min	*Quirera com carne suína *Feijão preto *Brócolis e chuchu *Banana (sobremesa)	*Sopa de legumes com carne bovina (cenoura, batata, abobrinha, couve-flor) e macarrão cab. De anjo *Ponkan (sobremesa)	*Arroz parb. *Lasanha de frango c/ macarrão espag. *Repolho roxo, cenoura e tomate *Maçã (sobremesa)		
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329 332 Kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g 46g	PTN (g) 10% à 25% do VET 8g à 12g 11g	LPD (g) 20% à 35% do VET 9g à 13g 12g	

FUNDAMENTAL I (4-6 ANOS)

MAIO - 2024

Lanche da tarde: 15h00min	*Quirera com carne suína *Feijão preto *Brócolis e chuchu *Banana (sobremesa)	*Sopa de legumes com carne bovina (cenoura, batata, abobrinha, couve-flor) e macarrão cab. De anjo *Ponkan (sobremesa)	*Arroz parb. *Lasanha de frango c/ macarrão espag. *Repolho roxo, cenoura e tomate *Maçã (sobremesa)		
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 270 269,66 Kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g 39g	PTN (g) 10% à 25% do VET 7g à 10g 9g	LPD (g) 20% à 35% do VET 8g à 11g 9g	 Vanessa Pan Nutricionista da Merenda Escolar CRN: 89800

A PREPARAÇÃO DO DIA 29 DEVE SER REALIZADA SEM QUEIJO PARA ALUNOS COM INTOLERÂNCIA E APLV

ESCOLA ATENDIDA COM ESSE CARDÁPIO:

*BENTO * MONTEIRO *OSVALDO
*PEDRO

ALUNOS COM INTOLERÂNCIA À 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