

INTOLERÂNCIA À LACTOSE					
FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			ABRIL/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 31	TERÇA-FEIRA 01	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 02	QUINTA-FEIRA 03	SEXTA-FEIRA 04
Café da manhã 07h45min	*Leite SL c/ chocolate 50% *Pão com requeijão SL *Banana	*Café com Leite SL *Bolacha APLV *Maçã	*Chá Matte *Pão com doce de fruta *Banana	*Café com leite SL *Pão com requeijão SL *Maçã	*Chá matte *Pão com ovo mexido *Banana
Lanche da manhã: 10h00min Lanche da tarde: 15h00min	*Polenta cremosa *Frango caipira com molho *Repolho e cenoura *Banana (Sobremesa)	*Macarrão penne com carne moída ao molho *Repolho, cenoura e tomate *Maçã (Sobremesa)	*Arroz parb. com cenoura *Feijão preto *Carne suína *Farofa colorida com ovo *Alface e couve flor *Banana (Sobremesa)	*Quibe assado *Suco de maracujá *Manga (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Strogonoff bovino SL *Batata com orégano *Salada de repolho com tomate *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	
	493 kcal	75 g	16 g	16 g	
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	
	329,6 kcal	50 g	12 g	11 g	



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

INTOLERÂNCIA À LACTOSE					
FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			ABRIL/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 07	TERÇA-FEIRA 08	QUARTA-FEIRA 09	QUINTA-FEIRA 10	SEXTA-FEIRA 11
Café da manhã 07h45min	*Leite SL c/ chocolate 50% *Pão com requeijão SL *Banana	*Café com Leite SL *Bolacha APLV *Maçã	*Chá Matte *Pão com doce de fruta *Banana	*Café com leite SL *Pão com requeijão SL *Maçã	*Chá matte *Pão com ovo mexido *Banana
Lanche da manhã 10h00min Lanche da tarde: 15h00min	*Arroz parb. *Feijão preto *Carne bovina acebolada *Batata doce assada *Alface e beterraba *Banana (sobremesa)	*Cereal matinal com iogurte SEM LACTOSE *Bolacha de água e sal (APLV) *Uva (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Carne suína *Milho verde refogado *Tomate e brócolis *Laranja (sobremesa)	*Torta salgada sem leite com frango e legumes (Brócolis, grão de bico, cenoura e tomate, abobrinha, milho e ervilha) *Chá matte *Banana (Sobremesa)	*Risoto colorido com frango caipira *Feijão carioca *MIX: Repolho, couve, tomate e cenoura *Melancia (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 kcal	79 g	15 g	15 g	
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	
	328,8 kcal	53 g	11 g	9 g	

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

*SÃO FRANCISCO *ODILA GARCEZ

INTOLERÂNCIA À LACTOSE						
FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			ABRIL/2025			
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 14	TERÇA-FEIRA 15	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 16	QUINTA-FEIRA 17	SEXTA-FEIRA 18	
Café da manhã 07h45min	*Leite SL c/ chocolate 50% *Pão com requeijão SL *Banana	*Café com Leite SL *Bolacha APLV *Maçã	*Chá Matte *Pão com doce de fruta *Banana	RECESSO	FERIADO	
Lanche da manhã: 10h00min Lanche da tarde: 15h00min	*Quirera com carne suína *Feijão preto *Repolho roxo e tomate *Melancia (sobremesa)	*Bolo de cenoura sem leite com cobertura SL *Vitamina de frutas vermelhas com banana (usar leite SL) *Melão (sobremesa)	*Pizza (Frango e presunto) SEM QUEIJO *Suco de uva *Cricri (açúcar mascavo) *Banana (sobremesa)			RECESSO
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 kcal	76 g	15 g	16 g		
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		
	329,3 kcal	48 g	10 g	12 g		

INTOLERÂNCIA À LACTOSE						
FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			ABRIL/2025			
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 21	TERÇA-FEIRA 22	QUARTA-FEIRA 23	QUINTA-FEIRA 24	SEXTA-FEIRA 25	
Café da manhã 07h45min	FERIADO	*Café com Leite SL *Bolacha APLV *Maçã	*Chá Matte *Pão com doce de fruta *Banana	*Café com leite SL *Pão com requeijão SL *Maçã	*Chá matte *Pão com ovo mexido *Banana	
Lanche da manhã: 10h00min		FERIADO	*Macarronada caseira com coxa ao molho *Alface e couve flor *Banana (Sobremesa)	*Pão de queijo recheado (usar leite SEM LACTOSE, não usar queijo) com legumes (frango, cenoura, milho, ervilha e tomate *Café com leite s/ lactose *Maçã (Sobremesa)	*Arroz parb. *Lentilha *Carne suína *Guisado de abóbora *Beterraba e couve flor *Mamão (Sobremesa)	*Carreteiro com carne bovina *Purê de batata leite SL *MIX: Acelga, tomate com grão-de-bico e brócolis *Abacaxi (Sobremesa)
Lanche da tarde: 15h00min						
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		
	493,8 kcal	75 g	16 g	16 g		
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		
	328,8 kcal	48 g	11 g	11 g		

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



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

INTOLERÂNCIA À LACTOSE					
FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			ABRIL/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 28	TERÇA-FEIRA 29	QUARTA-FEIRA 30	QUINTA-FEIRA 01	SEXTA-FEIRA 02
Café da manhã 07h45min	*Leite SL c/ chocolate 50% *Pão com requeijão SL *Banana	*Café com Leite SL *Bolacha APLV *Maçã	CONSELHO DE CLASSE	FERIADO	RECESSO
Lanche da manhã: 10h00min	*Polenta cremosa com carne moída *Repolho com cenoura e tomate	*Arroz parb. *Feijão preto *Vaca atolada *Tomate com grão de bico	CONSELHO DE CLASSE	FERIADO	RECESSO
Lanche da tarde: 15h00min	*Melão (Sobremesa)	*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	 Vanessa Pan Nutricionista da Merenda Escolar CRN: 89800
	493 kcal	73 g	15 g	17 g	
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	
	328,5 kcal	47 g	11 g	12 g	

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

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

***SÃO FRANCISCO *ODILA GARCEZ**