CARDÁPIO

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

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) **PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)**			**ABRIL/2025**		
HORÁRIOS:	**SEGUNDA - FEIRA** **31**	**TERÇA-FEIRA** **01**	**SABORES DA TERRA** **QUARTA-FEIRA 02**	**QUINTA-FEIRA** **03**	**SEXTA-FEIRA** **04**
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 *Batata com orégano *Salada de repolho com tomate *Abacaxi (Sobremesa)
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	**Fundamental**	**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
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	**Pré-escolar**	**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
		270,6 kcal	41 g	9 g	9 g

*No lanche do dia 04, fazer o molho do strogonoff com leite vegetal para os alunos APLV e leite sem lactose para os intolerantes à lactose

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

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

CARDÁPIO

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

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) **PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)**			**ABRIL/2025**		
HORÁRIOS:	**SEGUNDA - FEIRA** **07**	**TERÇA-FEIRA** **08**	**QUARTA-FEIRA** **09**	**QUINTA-FEIRA** **10**	**SEXTA-FEIRA** **11**
Lanche da tarde: 15h00min	*Arroz parb. *Feijão preto *Carne bovina acebolada *Batata doce assada *Alface e beterraba *Banana (sobremesa)	*Cereal matinal com iogurte *Bolacha de água e sal *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 20% do VET (Média semanal)	**Fundamental**	**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
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	**Pré-escolar**	**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
		270,2 kcal	44 g	10 g	8 g

PARA ALUNOS INTOLERÂNTES A LACTOSE E ALÉRGICOS A PROTEINA DO LEITE DE VACA *No lanche do dia 08 OFERTAR A BOLACHA DE ÁGUA E SAL SEM LACTOSE e o IOGURTE OFERTAR O SEM LACTOSE E PARA ALÉRGICOS FAZER UMA BATIDA DE LEITE DE ARROZ OU SOJA COM BANANA E FRUTAS VERMELHAS

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO: ***BENTO * MONTEIRO**
***OSVALDO *PEDRO**

CARDÁPIO

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

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) **PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)**			**ABRIL/2025**		
HORÁRIOS:	**SEGUNDA - FEIRA** **14**	**TERÇA-FEIRA** **15**	**SABORES DA TERRA** **QUARTA-FEIRA 16**	**QUINTA-FEIRA** **17**	**SEXTA-FEIRA** **18**
Lanche da tarde: 15h00min	*Quirera com carne suína *Feijão preto *Repolho roxo e tomate *Melancia (sobremesa)	*Bolo de cenoura sem leite com cobertura *Vitamina de frutas vermelhas com banana *Melão (sobremesa)	*Pizza (Frango e queijo e presunto) *Suco de uva *Cricri (açúcar mascavo) *Banana (sobremesa)	RECESSO	FERIADO
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	**Fundamental**	**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
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	**Pré-escolar**	**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
		270,7 kcal	44 g	8 g	8 g

PARA ALUNOS COM INTOLERÂNCIA À LACTOSE E COM ALERGIA A PROTEINA DO LEITE. FAZER COBERTURA COM LEITE VEGETAL DE ARROZ OU SOJA E PARA A VITAMINA USAR LEITE VEGETAL. E PARA A PIZZA DO DIA 16 NÃO COLOCAR QUEIJO

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO: ***BENTO * MONTEIRO**
***OSVALDO *PEDRO**

CARDÁPIO

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

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) **PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)**			**ABRIL/2025**		
HORÁRIOS:	**SEGUNDA - FEIRA** **21**	**TERÇA-FEIRA** **22**	**QUARTA-FEIRA** **23**	**QUINTA-FEIRA** **24**	**SEXTA-FEIRA** **25**
Lanche da tarde: 15h00min	FERIADO	*Macarronada caseira com coxa ao molho *Alface e couve flor *Banana (Sobremesa)	*Pão de queijo recheado com frango e legumes (cenoura, milho, ervilha e tomate) *Café com leite *Maçã (Sobremesa)	*Arroz parb. *Lentilha *Carne suína *Guisado de abóbora *Beterraba e couve flor *Mamão (Sobremesa)	*Carreteiro com carne bovina *Purê de batata *MIX: Acelga, tomate com grão-de-bico e brócolis *Abacaxi (Sobremesa)
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	**Fundamental**	**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
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	**Pré-escolar**	**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
		270,3 kcal	40 g	9 g	9 g

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

PARA ALUNOS INTOLERÂNTES A LACTOSE E COM ALERGIA A PROTEINA DO LEITE *No lanche do dia 23 usar LEITE VEGETAL de arroz ou soja para preparar o pão de queijo e no cafá. NO LANCHE DO DIA 25 usar leite vegetal para o purê de batata.

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO: ***BENTO * MONTEIRO**
***OSVALDO *PEDRO**

CARDÁPIO

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

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) **PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)**			**ABRIL/2025**		
HORÁRIOS:	**SEGUNDA - FEIRA** **28**	**TERÇA-FEIRA** **29**	**QUARTA-FEIRA** **30**	**QUINTA-FEIRA** **01**	**SEXTA-FEIRA** **02**
Lanche da tarde: 15h00min	*Polenta cremosa com carne moída *Repolho com cenoura e tomate *Melão (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão preto *Vaca atolada *Tomate com grão de bico *Banana (Sobremesa)	CONSELHO DE CLASSE	FERIADO	RECESSO
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	**Fundamental**	**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
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	**Pré-escolar**	**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 kcal	40 g	9 g	10 g

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

Vanessa Pan
Nutricionista da Merenda Escolar
CRN: 89800

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

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

CARDÁPIO

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

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO: ***BENTO * MONTEIRO**
***OSVALDO *PEDRO**