



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

| FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)<br>PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)                                                                                                                                          |                                                                                                         |                                                                                                                                          | AGOSTO/2025                                                                                                                          |                                                                                       |                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| HORÁRIOS:                                                                                                                                                                                      | SEGUNDA - FEIRA<br>04                                                                                   | TERÇA-FEIRA<br>05                                                                                                                        | SABORES DA TERRA<br>QUARTA-FEIRA 06                                                                                                  | QUINTA-FEIRA<br>07                                                                    | SEXTA-FEIRA<br>08                                                                                                             |
| Lanche da tarde:<br>15h00min                                                                                                                                                                   | *Polenta cremosa<br>*Carne moída com molho<br>*Mix: Repolho com cenoura e tomate<br>*Banana (Sobremesa) | *Arroz parb.<br>*Lentilha<br>*Macarrão parafuso integral c/ frango caipira<br>*Alface e tomate com grão de bico<br>*Melancia (Sobremesa) | *Arroz parb. com cenoura<br>*Feijão preto<br>*Carne suína<br>*Batata doce<br>*Brócolis e couve-flor orgânicos<br>*Banana (Sobremesa) | *Quibe assado<br>*Chá ou suco de maracujá (usar açúcar mascavo)<br>*Manga (Sobremesa) | *Risoto colorido (arroz branco)<br>*Feijão preto<br>*Maionese de batata<br>*Beterraba cozida e brócolis<br>*Melão (Sobremesa) |
| Composição nutricional 20% do VET<br>(Média semanal)                                                                                                                                           | Fundamental                                                                                             | Energia (Kcal)<br>*VR: 329                                                                                                               | CHO (g)<br>55% à 65% do VET<br>45g à 53g                                                                                             | PTN (g)<br>10% à 25% do VET<br>8g à 12g                                               | LPD (g)<br>20% à 35% do VET<br>9g à 13g                                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                |                                                                                                         | 329,4                                                                                                                                    | 47,56                                                                                                                                | 11,34                                                                                 | 11,9                                                                                                                          |
| Composição nutricional 20% do VET<br>(Média semanal)                                                                                                                                           | Pré-escolar                                                                                             | Energia (Kcal)<br>*VR: 270                                                                                                               | CHO (g)<br>55% à 65% do VET<br>37g à 44g                                                                                             | PTN (g)<br>10% à 25% do VET<br>7g à 10g                                               | LPD (g)<br>20% à 35% do VET<br>8g à 11                                                                                        |
|                                                                                                                                                                                                |                                                                                                         | 270,2                                                                                                                                    | 37,68                                                                                                                                | 10,42                                                                                 | 9,84                                                                                                                          |
| <p>*No lanche do dia 08, fazer o molho da maionese sem leite ou com leite SL/vegetal.</p> <p><b>CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR</b></p> |                                                                                                         |                                                                                                                                          |                                                                                                                                      |                                                                                       |                                                                                                                               |

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

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



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

| FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)<br>PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                   |                                                                                      | AGOSTO/2025                                                                                                                        |                                                          |                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| HORÁRIOS:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | SEGUNDA - FEIRA<br>11                                                                                             | TERÇA-FEIRA<br>12                                                                    | QUARTA-FEIRA<br>13                                                                                                                 | QUINTA-FEIRA<br>14                                       | SEXTA-FEIRA<br>15                                                                                           |
| Lanche da tarde:<br>15h00min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | *Arroz branco<br>*Feijão carioca<br>*Macarrão caseiro com carne moída<br>*Alface e cenoura<br>*Banana (sobremesa) | *Canjica cremosa com coco e açúcar mascavo<br>*Bolacha integral<br>*Maçã (Sobremesa) | *Arroz integral<br>*Feijão preto<br>*Frango caipira ao molho<br>*Mandioca cozida<br>*Brócolis e couve-flor<br>*Laranja (sobremesa) | *Pão de queijo<br>*Café com leite<br>*Banana (Sobremesa) | *Quirera com carne suína<br>*MIX: Repolho roxo, acelga, espinafre, tomate e cenoura<br>*Abacaxi (sobremesa) |
| Composição nutricional 20% do VET<br>(Média semanal)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Fundamental                                                                                                       | Energia (Kcal)<br>*VR: 329                                                           | CHO (g)<br>55% à 65% do VET<br>45g à 53g                                                                                           | PTN (g)<br>10% à 25% do VET<br>8g à 12g                  | LPD (g)<br>20% à 35% do VET<br>9g à 13g                                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                   | 329,6                                                                                | 46,98                                                                                                                              | 10,46                                                    | 12,32                                                                                                       |
| Composição nutricional 20% do VET<br>(Média semanal)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Pré-escolar                                                                                                       | Energia (Kcal)<br>*VR: 270                                                           | CHO (g)<br>55% à 65% do VET<br>37g à 44g                                                                                           | PTN (g)<br>10% à 25% do VET<br>7g à 10g                  | LPD (g)<br>20% à 35% do VET<br>8g à 11                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                   | 270,8                                                                                | 41,86                                                                                                                              | 9                                                        | 8,56                                                                                                        |
| <p>*No lanche do dia 12, fazer a canjica com leite SL para Intolerantes à lactose e com leite vegetal/leite de coco para alunos APLV. Além disso, ofertar bolacha APLV para os dois grupos de alunos.</p> <p>*No lanche do dia 14, fazer a receita de pão de queijo com leite vegetal e sem queijo para os dois grupos, e ofertar o café com leite SL para Intolerantes à lactose e com leite vegetal para alunos APLV.</p> <p><b>CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR</b></p> |                                                                                                                   |                                                                                      |                                                                                                                                    |                                                          |                                                                                                             |

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

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

| FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)<br>PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                             |                                                                                        | AGOSTO/2025                                                                                                            |                                                                                                                                     |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| HORÁRIOS:                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | SEGUNDA - FEIRA<br>18                                                                                                                       | TERÇA-FEIRA<br>19                                                                      | SABORES DA TERRA<br>QUARTA-FEIRA 20                                                                                    | QUINTA-FEIRA<br>21                                                                                                                  | SEXTA-FEIRA<br>22                                                                   |
| Lanche da tarde:<br>15h00min                                                                                                                                                                                                                                                                               | *Arroz parb. com cenoura<br>*Feijão preto<br>*Carne bovina ao molho<br>*Macarrão penne<br>*MIX: Couve, tomate e cenoura<br>*Uva (Sobremesa) | *Bolo de chocolate sem leite (com cobertura)<br>*Chá de cidreira<br>*Manga (Sobremesa) | *Arroz parb.<br>*Lentilha<br>*Polenta cremosa<br>*Peixe ensopado<br>*Alface e repolho orgânicos<br>*Ameixa (Sobremesa) | *Risoto colorido (arroz branco)<br>*Feijão preto<br>*Maionese de batata<br>*Couve-flor, brócolis e Beterraba<br>*Banana (Sobremesa) | CONSELHO DE CLASSE                                                                  |
| Composição nutricional 20% do VET<br>(Média semanal)                                                                                                                                                                                                                                                       | Fundamental                                                                                                                                 | Energia (Kcal)<br>*VR: 329                                                             | CHO (g)<br>55% à 65% do VET<br>45g à 53g                                                                               | PTN (g)<br>10% à 25% do VET<br>8g à 12g                                                                                             |                                                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                             | 329,2                                                                                  | 46,3                                                                                                                   | 11,02                                                                                                                               |                                                                                     |
| Composição nutricional 20% do VET<br>(Média semanal)                                                                                                                                                                                                                                                       | Pré-escolar                                                                                                                                 | Energia (Kcal)<br>*VR: 270                                                             | CHO (g)<br>55% à 65% do VET<br>37g à 44g                                                                               | PTN (g)<br>10% à 25% do VET<br>7g à 10g                                                                                             |                                                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                             | 271                                                                                    | 37,58                                                                                                                  | 8,38                                                                                                                                |                                                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                             |                                                                                        |                                                                                                                        |                                                                                                                                     |                                                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                             |                                                                                        |                                                                                                                        |                                                                                                                                     | 12,48                                                                               |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                             |                                                                                        |                                                                                                                        |                                                                                                                                     | LPD (g)<br>20% à 35% do VET<br>8g à 11                                              |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                             |                                                                                        |                                                                                                                        |                                                                                                                                     | 10,7                                                                                |
| <p>*No lanche do dia 21, fazer o molho da maionese sem leite ou com leite Sem Lactose (SL) para alunos intolerantes à lactose e leite vegetal para alunos com Alergia à Proteína do Leite (APLV).</p> <p><b>CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR</b></p> |                                                                                                                                             |                                                                                        |                                                                                                                        |                                                                                                                                     |                                                                                     |

| FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)<br>PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                 |                                                                                                                                                              | AGOSTO/2025                                                                                                                          |                                                                                                   |                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| HORÁRIOS:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | SEGUNDA - FEIRA<br>25                                                                                           | TERÇA-FEIRA<br>26                                                                                                                                            | QUARTA-FEIRA<br>27                                                                                                                   | QUINTA-FEIRA<br>28                                                                                | SEXTA-FEIRA<br>29                                                                                                                  |
| Lanche da tarde:<br>15h00min                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | *Arroz parb.<br>*Feijão carioca<br>*Mandioca cozida<br>*Carne moída<br>*Alface e repolho<br>*Banana (sobremesa) | *Sopa de legumes com carne (batata inglesa, batata salsa, abobrinha, cenoura, brócolis, couve-flor e repolho) e macarrão cabelo de anjo<br>*Maçã (Sobremesa) | *Arroz integral<br>*Feijão preto<br>*Tilápia assada<br>*Batata doce cozida<br>*MIX: Acelga, cenoura e tomate<br>*Laranja (sobremesa) | *Sanduíche (pão de dog) com queijo e presunto, alface e tomate<br>*Iogurte<br>*Banana (Sobremesa) | *Arroz branco<br>*Estrogonofe de frango<br>*Batata cozida c/ orégano<br>*Couve-flor, brócolis e repolho roxo<br>*Mamão (Sobremesa) |
| Composição nutricional 20% do VET<br>(Média semanal)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Fundamental                                                                                                     | Energia (Kcal)<br>*VR: 329                                                                                                                                   | CHO (g)<br>55% à 65% do VET<br>45g à 53g                                                                                             | PTN (g)<br>10% à 25% do VET<br>8g à 12g                                                           | LPD (g)<br>20% à 35% do VET<br>9g à 13g                                                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                 | 329,6                                                                                                                                                        | 51,14                                                                                                                                | 10,26                                                                                             | 11,2                                                                                                                               |
| Composição nutricional 20% do VET<br>(Média semanal)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Pré-escolar                                                                                                     | Energia (Kcal)<br>*VR: 270                                                                                                                                   | CHO (g)<br>55% à 65% do VET<br>37g à 44g                                                                                             | PTN (g)<br>10% à 25% do VET<br>7g à 10g                                                           | LPD (g)<br>20% à 35% do VET<br>8g à 11                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                 | 270,8                                                                                                                                                        | 41,12                                                                                                                                | 9,4                                                                                               | 9,2                                                                                                                                |
| <b>**Estes cardápios estão sujeitos a alterações, principalmente de frutas e hortaliças.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                 |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                      |                                                                                                   |                                                                                                                                    |
| <b>*No lanche do dia 28, fazer o sanduíche com pão caseiro, queijo SL e iogurte SL para alunos intolerantes. Para alunos alérgicos, usar o pão caseiro, sem queijo e a bebida vegetal ou leite vegetal + frutas vermelhas.</b><br><b>*No lanche do dia 29, fazer o stroganoff com creme de leite SL para alunos com intolerância, e para alunos APLV, engrossar com amido de milho.</b><br><b>CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR</b> |                                                                                                                 |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                      |                                                                                                   |                                                                                                                                    |
| <br><b>Vanessa Pan</b><br>Nutricionista da Merenda Escolar<br>CRN: 89800                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                 |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                      |                                                                                                   |                                                                                                                                    |

  
Vanessa Pan  
Nutricionista da Merenda Escolar  
CRN: 69800

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 luva 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