

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			DEZEMBRO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 01	TERÇA-FEIRA 02	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 03	QUINTA-FEIRA 04	SEXTA-FEIRA 05
Entrada 07h45min	*Banana	*Maçã	*Banana	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	*Polenta cremosa *Carne bovina ao molho *Alface e tomate com grão de bico	*Arroz parb. com cenoura *Feijão carioca *Coxa ao molho *Mandioca cozida	*Macarrão caseiro com carne moída *Brócolis e couve-flor orgânicos *Morango (Sobremesa)	Campanha Natal de Manguueirinha *Sanduíche de queijo e presunto *Suco de uva/água de coco *Banana (Sobremesa)	*Risoto colorido (arroz branco) *Maionese/purê de batata *Mix: Alface, repolho, espinafre e tomate *Melancia (Sobremesa)
Lanche da tarde: 15h00min	*Manga (Sobremesa)	*Cenoura, chuchu e tomate *Banana (Sobremesa)			
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493 492,2 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 80g 77 g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g 16 g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g 16 g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329 329,5 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g 47 g	PTN (g) 10% à 25% do VET 8g à 12g 11 g	LPD (g) 20% à 35% do VET 9g à 13g 12 g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR



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

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			DEZEMBRO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 08	TERÇA-FEIRA 09	QUARTA-FEIRA 10	QUINTA-FEIRA 11	SEXTA-FEIRA 12
Entrada 07h45min	FERIADO	*Maçã	*Banana	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	FERIADO	*Quirera com carne suína	*Quibe assado	*Arroz integ. e feijão preto	Aniversariantes do ano
Lanche da tarde: 15h00min		*MIX: Alface, couve flor e couve manteiga *Uva (sobremesa)	*Chá de cidreira/hortelã *Banana (Sobremesa)	*Carne bovina ao molho *Batata doce *Beterraba, Brócolis e pepino *Maçã (sobremesa)	*Bolo recheado *Cachorro quente *Suco de morango *Mamão (Sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493 493 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 80g 71 g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g 17 g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g 17 g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329 329,2 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g 48 g	PTN (g) 10% à 25% do VET 8g à 12g 12 g	LPD (g) 20% à 35% do VET 9g à 13g 12 g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR



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

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			DEZEMBRO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 15	TERÇA-FEIRA 16	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 17	QUINTA-FEIRA 18	SEXTA-FEIRA 19
Entrada 07h45min	FERIADO	*Maçã	*Banana	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Peixe ensopado *Farofa colorida com ovo	*Pão de queijo recheado com frango cremoso e cenoura *Café com leite *Melancia (sobremesa)	*Macarrão espaguete com coxa ao molho *Repolho e tomate *Melão (Sobremesa)	*Sagu com suco de uva *Bolacha integral *Banana (Sobremesa)	*Risoto colorido (arroz branco) *Mix: cenoura, repolho verde e tomate *Melancia (sobremesa)
Lanche da tarde: 15h00min	*Repolho e tomate *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
	492,5 kcal	69 g	17 g	18 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 kcal	50 g	12 g	11 g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

*CARDÁPIO EXCLUSIVO DA ESCOLA ANDRÉ DORINI



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