



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)			FEVEREIRO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 03	TERÇA-FEIRA 04	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 05	QUINTA-FEIRA 06	SEXTA-FEIRA 07
Entrada 13h			*Banana	*Melancia	*Maçã
Lanche da tarde: 15h00min	FÉRIAS	FÉRIAS	*Polenta *Carne moída *Repolho e brócolis *Melancia (sobremesa)	*Bolo de chocolate sem leite com cobertura *Suco de maracujá *Maçã (Sobremesa)	*Risoto colorido com frango caipira *Maionese de batata *Pepino e tomate com grão-de-bico *Banana (Sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Fundamental	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g
		492,6 kcal	74 g	14 g	17 g
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Pré-escolar	Energia (Kcal) *VR: 405	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g
		404,7 kcal	62 g	12 g	13 g



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)			FEVEREIRO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 10	TERÇA-FEIRA 11	QUARTA-FEIRA 12	QUINTA-FEIRA 13	SEXTA-FEIRA 14
Entrada 13h	*Banana	*Laranja bahia	*Banana	*Manga	*Melão
Lanche da tarde: 15h00min	*Arroz branco *Feijão carioca *Carne moída *Batata doce *Alface e beterraba cozida *Melão (sobremesa)	*Torta salgada com frango e legumes *Suco de uva *Banana (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Peixe ensopado/assado *Milho verde refogado *Pepino e alface *Laranja bahia (sobremesa)	*Macarrão caseiro *Frango caipira com molho *Cenoura, repolho e tomate *Melão (sobremesa)	*Farofa colorida com couve e ovo *Chá matte *Manga (Sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Fundamental	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g
		494,2 kcal	77 g	16 g	16 g
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Pré-escolar	Energia (Kcal) *VR: 405	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g
		404,4 kcal	60 g	13 g	14 g



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)			FEVEREIRO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 17	TERÇA-FEIRA 18	QUARTA-FEIRA 19	QUINTA-FEIRA 20	SEXTA-FEIRA 21
Entrada 13h	*Maçã	*Morango	*Banana	*Abacaxi	*Banana
Lanche da tarde: 15h00min	*Macarrão espaguete *Carne moída ao molho *Repolho e tomate *Banana (sobremesa)	*Quirera com carne suína refogada *Acelga, cenoura e alface *Maçã (sobremesa)	*Arroz com cenoura *Feijão carioca *Vaca atolada com carne bovina sem osso *Beterraba e couve-flor *Morango (sobremesa)	*Pipoca *Suco de uva *Banana (sobremesa)	*Risoto colorido com coxa *Feijão preto *Repolho, pepino e tomate *Abacaxi (sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Fundamental	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g
		492,6 kcal	76 g	14 g	16 g
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Pré-escolar	Energia (Kcal) *VR: 405	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g
		405 kcal	61 g	12 g	14 g



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)			FEVEREIRO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 24	TERÇA-FEIRA 25	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 26	QUINTA-FEIRA 27	SEXTA-FEIRA 28
Entrada 13h	*Melancia	*Banana	*Morango	*Maçã	*Abacaxi
Lanche da tarde: 15h00min	*Arroz integral *Feijão preto *Coxa ao molho *Polenta cremosa *Repolho e cenoura *Mamão (Sobremesa)	*Arroz branco *Lentilha *Carne suína refogada *Batata doce *Alface e chuchu *Banana (Sobremesa)	*Macarrão caseiro *Carne moída ao molho *Repolho e brócolis *Manga (sobremesa)	*Sanduíche de queijo e presunto (pão de dog) *Iogurte *Banana (Sobremesa)	*Arroz parboilizado *Estrogonofe de carne bovina *Batata com orégano *Tomate com grão-de-bico e repolho *Melancia (Sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Fundamental	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g
		494 kcal	72 g	18 g	16 g
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Pré-escolar	Energia (Kcal) *VR: 405	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g
		405,4 kcal	59 g	14 g	14 g

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


Vanessa Pan
Nutricionista da Merenda Escolar
CRN: 89800

ESCOLA ATENDIDA COM ESSE CARDÁPIO:

***JOSÉ DANGUI**

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