

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)

JUNHO/2025

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 02	TERÇA-FEIRA 03	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 04	QUINTA-FEIRA 05	SEXTA-FEIRA 06
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 orgânico *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	*Quirera com carne suína *Mix: Repolho com cenoura e tomate *Banana (Sobremesa)	*Arroz parb. *Lentilha *Macarrão parafuso c/ carne moída ao molho *Alface e tomate *Ponkan (Sobremesa)	*Arroz parb. com cenoura *Feijão preto *Frango caipira ao molho *Mandioca cozida *Brócolis e couve flor (orgânicos) *Banana (Sobremesa)	*Quibe assado *Chá de cidreira natural *Manga (Sobremesa)	*Risoto colorido (arroz branco) e Feijão preto *Maionese de batata sem leite ou c/ leite SL *Beterraba cozida e tomate c/ grão-de-bico *Melão (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	
	kcal	g	g	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	
	kcal	g	g	g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)

JUNHO/2025

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 09	TERÇA-FEIRA 10	QUARTA-FEIRA 11	QUINTA-FEIRA 12	SEXTA-FEIRA 13
Café da manhã 07h45min	*Leite SL c/ chocolate 50% *Pão de legumes com requeijão SL *Banana	*Café com Leite SL *Bolacha APLV *Maçã	*Chá Matte *Pão de legumes com doce *Banana	*Café com leite SL *Pão com requeijão SL *Maçã	*Chá matte *Pão de legumes com ovo mexido *Banana
Lanche da manhã 10h00min Lanche da tarde: 15h00min	*Arroz branco *Feijão carioca *Carne moída ao molho *Polenta *Repolho com cenoura e tomate *Banana (Sobremesa)	*Sagu com suco de uva *Pão de queijo sem leite ou c/ leite SL (forma) *Maçã (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Carne suína refogada *Batata doce assada *Alface e couve-flor *Laranja (Sobremesa)	*Torta salgada (usar grão de bico na massa) sem leite com frango e legumes (brócolis, cenoura e tomate, milho e ervilha e orégano) *Chocolate quente (leite SL) *Banana (Sobremesa)	*Macarronada caseira colorida com frango caipira *MIX: Repolho roxo, couve, tomate e cenoura *Abacaxi (Sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 80g g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g g	PTN (g) 10% à 25% do VET 8g à 12g g	LPD (g) 20% à 35% do VET 9g à 13g g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

INTOLERÂNCIA À LACTOSE					
FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			JUNHO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 16	TERÇA-FEIRA 17	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 18	QUINTA-FEIRA 19	SEXTA-FEIRA 20
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 orgânico *Banana	FERIADO	RECESSO
Lanche da manhã: 10h00min Lanche da tarde: 15h00min	*Sopa de feijão/legumes com carne bovina (batata, Brócolis, couve-flor, tomate e cenoura) e macarrão espaguete *Melão (Sobremesa)	*Risoto colorido (arroz branco) *Lentilha *Tomate com grão-de-bico e cenoura *Ponkan (Sobremesa)	*Arroz parb. e feijão carioca *Escondidinho de mandioca com carne moída (SEM QUEIJO) *Repolho orgânico *Banana (sobremesa)	FERIADO	RECESSO
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 80g g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g g	PTN (g) 10% à 25% do VET 8g à 12g g	LPD (g) 20% à 35% do VET 9g à 13g 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

INTOLERÂNCIA À LACTOSE					
FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			JUNHO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 23	TERÇA-FEIRA 24	QUARTA-FEIRA 25	QUINTA-FEIRA 26	SEXTA-FEIRA 27
Café da manhã 07h45min	*Leite SL c/ chocolate 50% *Pão de legumes com requeijão SL *Banana	*Café com Leite SL *Bolacha APLV *Maçã	*Chá Matte *Pão de legumes com doce *Banana	*Café com leite SL *Pão com requeijão SL *Maçã	*Chá matte *Pão de legumes com ovo mexido *Banana
Lanche da manhã: 10h00min Lanche da tarde: 15h00min	*Sopa de legumes com carne de frango (batata, tomate, cenoura, couve flor e brócolis) e macarrão cabelo de anjo *Banana (Sobremesa)	*Buraco quente (pão CASEIRO com carne moída) *Chá de maracujá *Maçã (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Coxa ao molho *Batata doce *Alface, brócolis e couve flor *Banana (Sobremesa)	*Bolo de abacate sem leite (com cobertura) *Café com leite SL (usar açúcar mascavo) *Laranja (Sobremesa)	*Arroz branco *Strogonoff bovino (CREME DE LEITE SL) *Purê de batata (LEITE SL, SEM MANTEIGA) *MIX:Repolho verde e roxo, tomate e cenoura *Mamão (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
	kcal	g	g	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	
	kcal	g	g	g	

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

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

***SÃO FRANCISCO *ODILA GARCEZ**