

INTOLERÂNCIA À LACTOSE					
FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			MARÇO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 03	TERÇA-FEIRA 04	QUARTA-FEIRA 05	QUINTA-FEIRA 06	SEXTA-FEIRA 07
Entrada 07h45min	RECESSO	FERIADO	RECESSO	*Banana	Banana
Lanche da manhã: 09h30min				*Risoto colorido com frango caipira *Feijão preto *Salada de repolho com tomate *Banana (Sobremesa)	*Quibe assado *Suco de maracujá *Melancia (Sobremesa)
Lanche da tarde: 15h00min					
Composição nutricional 30% do VET	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	
(Média semanal)	493,5 kcal	79 g	16 g	15 g	
Composição nutricional 20% do VET	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	
(Média semanal)	329 kcal	48 g	12 g	12 g	



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)			MARÇO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 10	TERÇA-FEIRA 11	QUARTA-FEIRA 12	QUINTA-FEIRA 13	SEXTA-FEIRA 14
Entrada 07h45min	*Banana	*Maçã	*Banana	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	*Macarronada caseira com carne moída	*Torta salgada sem leite com frango e legumes (Brócolis, grão de bico, cenoura e tomate)	*Arroz integral	*Sagu com suco de uva	*Arroz
Lanche da tarde: 15h00min	*Repolho e tomate	*Chá matte	*Feijão preto	*Bolacha de água e sal	*Feijão carioca
	*Melão (sobremesa)	*Banana (Sobremesa)	*Peixe ensopado/assado	APLV	*Quirera com carne suína
			*Guisado de abóbora	*Maçã (Sobremesa)	*Beterraba e brócolis
			*Pepino e alface		*Abacaxi (sobremesa)
			*Laranja bahia (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	
	493,2 kcal	73 g	15 g	17 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	
	329,6 kcal	49 g	11 g	12 g	

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

*CARDÁPIO EXCLUSIVO DA ESCOLA ANDRÉ DORINI

INTOLERÂNCIA À LACTOSE					
FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			MARÇO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 17	TERÇA-FEIRA 18	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 19	QUINTA-FEIRA 20	SEXTA-FEIRA 21
Entrada 07h45min	*Banana	*Maçã	*Banana	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	*Polenta cremosa *Carne moída com molho *Repolho e tomate *Maçã (sobremesa)	*Arroz com cenoura *Feijão preto *Vaca atolada com carne bovina sem osso *Alface e couve-flor *Morango (sobremesa)	*Arroz *Lentilha *Carne suína *Milho verde refogado *Mix (Repolho, cenoura e tomate e couve) *Banana (sobremesa)	*Bolo de cenoura sem leite com cobertura SL *Iogurte SL *Manga (sobremesa)	*Arroz colorido *Coxa assada *Maionese de batata (Sem leite) *Beterraba cozida e tomate *Melancia (sobremesa)
Lanche da tarde: 15h00min					
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	
	493,6 kcal	76 g	16 g	16 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	
	329,6 kcal	49 g	10 g	11 g	



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)			MARÇO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 24	TERÇA-FEIRA 25	QUARTA-FEIRA 26	QUINTA-FEIRA 27	SEXTA-FEIRA 28
Entrada 07h45min	*Banana	*Maçã	*Banana	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	*Risoto colorido com frango	*Arroz branco	*Sanduíche apenas com presunto (pão caseiro)	*Arroz integral	*Arroz parboilizado
Lanche da tarde: 15h00min	*Acelga, cenoura e tomate	*Feijão carioca	*Suco de frutas vermelhas	*Feijão preto	*Estrogonofe de carne bovina (engrossar leite vegetal com amido)
	*Banana (Sobremesa)	*Carne moída ao mollho	*Banana (Sobremesa)	*Peixe ensopado/assado	*Batata com orégano
		*Macarrão parafuso integral		*Batata doce	*Tomate com grão-de-bico e repolho
		*Alface e brócolis		*Brócolis e chuchu	*Abacaxi (Sobremesa)
		*Maçã (Sobremesa)		*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
	493,2 kcal	78 g	16 g	15 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	
	329,8 kcal	49 g	12 g	11 g	

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

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

***CARDÁPIO EXCLUSIVO DA ESCOLA ANDRÉ DORINI**