



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)			OUTUBRO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 29	TERÇA-FEIRA 30	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 01	QUINTA-FEIRA 02	SEXTA-FEIRA 03
Lanche da tarde: 15h00min	*Polenta cremosa *Coxa ao molho *Alface e tomate com grão de bico *Banana (Sobremesa)	*Arroz parb. *Lentilha *Carne suína *Mandioca cozida *Mix: Repolho com cenoura e tomate *Laranja (Sobremesa)	*Arroz parb. com cenoura *Feijão preto *Macarrão caseiro com frango caipira *Brócolis e couve-flor orgânicos *Banana (Sobremesa)	*Quibe assado *Suco de frutas vermelhas *Manga (Sobremesa)	*Risoto colorido (arroz branco) *Feijão preto *Maionese de batata *Beterraba cozida e brócolis *Melão (Sobremesa)
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Fundamental	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
		329,4 kcal	49 g	11 g	12 g
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Pré-escolar	Energia (Kcal) *VR: 270	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g	PTN (g) 10% à 25% do VET 7g à 10g	LPD (g) 20% à 35% do VET 8g à 11
		271 kcal	40 g	9 g	9 g
*No lanche do dia 03, fazer o molho da maionese sem leite ou com leite SL/vegetal.					
CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E ALUNOS COM SELETIVIDADE ALIMENTAR					

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) PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)			OUTUBRO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 06	TERÇA-FEIRA 07	QUARTA-FEIRA 08	QUINTA-FEIRA 09	SEXTA-FEIRA 10
Lanche da tarde: 15h00min	*Arroz branco *Feijão carioca *Macarrão espaguete integral com frango caipira *Alface e cenoura *Banana (sobremesa)	Lanche do dia do brinquedo na cidade *Torta salgada com carne moída e legumes (Brócolis, couve-flor, cenoura, espinafre) *Suco de maracujá *Banana (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Coxa e sobrecoxa *Batata doce *Brócolis e couve-flor *Melancia (sobremesa)	*Cereal matinal e iogurte *Bolacha integral *Maçã (Sobremesa)	*Quirera com carne suína *MIX: Repolho roxo e verde, espinafre, tomate e cenoura *Abacaxi (sobremesa)
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Fundamental	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
		328,4 kcal	49 g	11 g	11 g
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Pré-escolar	Energia (Kcal) *VR: 270	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g	PTN (g) 10% à 25% do VET 7g à 10g	LPD (g) 20% à 35% do VET 8g à 11
		269,8 kcal	41 g	9 g	9 g
*No lanche do dia 07, fazer a torta sem leite e para o creme da carne moída usar leite vegetal para alunos com alergia ao leite e creme de leite SL para os Intolerantes a lactose. O Lanche do dia do brinquedo na cidade poderá ser feito no dia em que as crianças estarão no campo para o dia do brinquedo *No lanche do dia 09, fazer um iogurte Fake (leite vegetal de arroz ou soja (para os alérgicos ao leite) e leite SL para os (intolerantes a lactose) e bater com frutas vermelhas, pode adicionar banana também, ofertar bolacha APLV para os dois grupos de alunos (alérgicos ao leite e intolerântes a lactose) . CCONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E ALUNOS COM SELETIVIDADE ALIMENTAR					

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) PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)			OUTUBRO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 13	TERÇA-FEIRA 14	QUARTA-FEIRA 15	QUINTA-FEIRA 16	SEXTA-FEIRA 17
Lanche da tarde: 15h00min	*Polenta cremosa *Coxa ao molho *Brócolis, couve-flor *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Estrogonofe bovino *Batata cozida c/ orégano *Repolho, tomate, cenoura e couve *Manga (Sobremesa)	FERIADO	*Consultar Cardápio exclusivo para a semana da criança	*Consultar Cardápio exclusivo para a semana da criança
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Fundamental	Energia (Kcal) *VR: 329		PTN (g) 10% à 25% do VET 8g à 12g	LPD (g) 20% à 35% do VET 9g à 13g
		328,3 kcal		9 g	11 g
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Pré-escolar	Energia (Kcal) *VR: 270		PTN (g) 10% à 25% do VET 7g à 10g	LPD (g) 20% à 35% do VET 8g à 11
		269,5 kcal		8 g	9 g

*No lanche do dia 14, fazer o estrogonofe com leite vegetal e/ou amido (para os alérgicos ao leite) e creme de leite SL (para os Intolerantes a lactose)

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E ALUNOS COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

*BENTO * MONTEIRO
*OSVALDO *PEDRO

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)			OUTUBRO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 20	TERÇA-FEIRA 21	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 22	QUINTA-FEIRA 23	SEXTA-FEIRA 24
Lanche da tarde: 15h00min	*Arroz parb. *Feijão carioca *Macarrão penne *Carne moída *Alface e repolho *Banana (sobremesa)	*Quirera com carne bovina *Feijão preto *Brócolis e couve-flor *Maçã (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Tilápia assada *Batata ensopada *Beterraba cozida e brócolis *Abacaxi (sobremesa)	*Sagu (suco de uva) *Pão de queijo SEM LEITE recheado com frango *Ameixa (Sobremesa)	*Risoto colorido (arroz branco) *Feijão preto *MIX: Repolho e roxo, cenoura e tomate *Mamão (Sobremesa)
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Fundamental	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
		330,2 kcal	47 g	11 g	12 g
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Pré-escolar	Energia (Kcal) *VR: 270	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g	PTN (g) 10% à 25% do VET 7g à 10g	LPD (g) 20% à 35% do VET 8g à 11
		271,6 kcal	38 g	9 g	10 g
**Estes cardápios estão sujeitos a alterações, principalmente de frutas e hortaliças.					
CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E ALUNOS COM SELETIVIDADE ALIMENTAR ESCOLA BENTO E JOSÉ DANGUI NO DIA 24/09 SUBSTITUIRÃO O LANCHE POR: CARNE NO DISCO COM LEGUMES E PÃO FRANCÊS E PICOLÉ ESCOLA OSVALDO NO DIA 25/09 SUBSTITUIRÃO O LANCHE POR: PORÇÕES (TILÁPIA, MANDIOCA, BATATA)					
 Vanessa Pan Nutricionista da Merenda Escolar CRN: 89800					


Vanessa Pan
Nutricionista da Merenda Escolar
CRN: 89800



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)			OUTUBRO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 27	TERÇA-FEIRA 28	QUARTA-FEIRA 29	QUINTA-FEIRA 30	SEXTA-FEIRA 31
Lanche da tarde: 15h00min	*Polenta cremosa com peixe ensopado *Repolho com cenoura e tomate *Banana (Sobremesa)	*Torta salgada SEM LEITE com frango cremoso desfiado e legumes *Chá matte *Manga (Sobremesa)	*Macarrão espaguete com carne moída *Alface e Brócolis *Pera (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão preto *Batata doce *Carne bovina refogada *Alface e tomate com grão de bico *Banana (Sobremesa)	*Farofa colorida (Ovo, Milho, ervilha, cenoura, repolho verde e roxo, couve e tempero verde) *Café com leite *Melão (Sobremesa)
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Fundamental	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
		328,8 kcal	45 g	12 g	13 g
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Pré-escolar	Energia (Kcal) *VR: 270	CHO (g) 55% à 65% do VET 37g à 44g	PTN (g) 10% à 25% do VET 7g à 10g	LPD (g) 20% à 35% do VET 8g à 11
		271 kcal	38 g	9 g	11 g
**Estes cardápios estão sujeitos a alterações, principalmente de frutas e hortaliças.					
No lanche do dia 31, ofertar o café com leite SL para alunos com intolerância e leite vegetal para alunos alérgicos (APLV)					

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

*BENTO * MONTEIRO
*OSVALDO *PEDRO

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