



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)			SETEMBRO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 01	TERÇA-FEIRA 02	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 03	QUINTA-FEIRA 04	SEXTA-FEIRA 05
Lanche da tarde: 15h00min	*Polenta cremosa *Carne moída com molho *Mix: Repolho com cenoura e tomate *Banana (Sobremesa)	*Arroz parb. *Lentilha *Macarrão caseiro com frango caipira *Alface e tomate com grão de bico *Melancia (Sobremesa)	*Arroz parb. com cenoura *Feijão preto *Carne suína *Mandioca cozida *Brócolis e couve-flor orgânicos *Banana (Sobremesa)	*Quibe assado *Chá ou suco de maracujá (usar açúcar mascavo) *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 kcal	48 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 11g
		271,2 kcal	39 g	9 g	10 g
*No lanche do dia 05, 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)			SETEMBRO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 08	TERÇA-FEIRA 09	QUARTA-FEIRA 10	QUINTA-FEIRA 11	SEXTA-FEIRA 12
Lanche da tarde: 15h00min	*Arroz branco *Feijão carioca *Macarrão parafuso integral com frango caipira *Alface e cenoura *Banana (sobremesa)	*Torta salgada com peito de frango cremoso e legumes (Brócolis, couve-flor, cenoura, espinafre) *Chá matte *Banana (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Carne moída refogada *Batata doce *Brócolis e couve-flor *Laranja (sobremesa)	*Cereal matinal e iogurte *Bolacha integral *Maçã (Sobremesa)	*Quirera com carne suína *MIX: Repolho roxo e verde, acelga, 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
		327,8 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
		269,6 kcal	39 g	8 g	10 g

*No lanche do dia 09, fazer a torta sem leite e para o creme do frango usar leite vegetal para alunos com alergia ao leite e creme de leite SL para os Intolerantes a lactose.

*No lanche do dia 11, 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 intolerantes a lactose) .

CCONFORME 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)			SETEMBRO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 15	TERÇA-FEIRA 16	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 17	QUINTA-FEIRA 18	SEXTA-FEIRA 19
Lanche da tarde: 15h00min	*Polenta cremosa *Coxa ao molho *Alface e repolho orgânicos *Banana (Sobremesa)	*Bolo de Mandioca (com calda e coco) *Café com leite *Manga (Sobremesa)	*Arroz parb. com cenoura *Feijão preto *Lasanha de macarrão caseiro com peito de frango *Brócolis, couve-flor *Melancia (Sobremesa)	*Arroz parb. *Lentilha *Legumes refogados (batata salsa, abobrinha, cenoura) *Peixe ensopado *Beterraba e tomate *Pera (Sobremesa)	*Arroz branco *Estrogonofe bovino *Batata cozida c/ orégano *Repolho, tomate, cenoura e couve *Melancia (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	46 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 11g
		271,2 kcal	39 g	8 g	10 g
*No lanche do dia 16, fazer o bolo e o café com leite usar leite vegetal (para os alérgicos ao leite) e leite SL (para os Intolerantes a lactose) *No lanche do dia 17, para a lasanha usar queijo sem lactose (para intolerantes) e para os Alérgicos (APLV não usar queijo) *No lanche do dia 19, fazer o Estrogonofe com creme de leite SL para alunos com intolerância, e para alunos APLV, engrossar leite vegetal com amido de milho. CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E ALUNOS COM SELETIVIDADE ALIMENTAR					

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)			SETEMBRO/2025		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 22	TERÇA-FEIRA 23	QUARTA-FEIRA 24	QUINTA-FEIRA 25	SEXTA-FEIRA 26
Lanche da tarde: 15h00min	*Arroz parb. *Feijão carioca *Macarrão espaguete *Carne moída *Alface e repolho *Banana (sobremesa)	*Quirera com carne bovina *Feijão preto *Brócolis e couve-flor *Maçã (Sobremesa)	*Sanduíche (pão fatiado) com frango, alface e tomate, milho e ervilha *Suco de frutas vermelha *Morango (Sobremesa) Bento/José: Carne no disco com legumes, pão francês, suco de uva e picolé	*Arroz integral *Feijão preto *Tilápia assada *Batata doce cozida *MIX: Acelga, cenoura e tomate *Abacaxi (sobremesa) Oswaldo: Pizza, Suco de uva e picolé	*Farofa colorida (Ovo, Milho, ervilha, cenoura, repolho verde e roxo, couve e tempero verde) *Chá matte *Mamão (Sobremesa) Monteiro: Almoço - churrasco, maionese, arroz e salada, picolé
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
		327,6 kcal	48 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
		271 kcal	39 g	9 g	9 g
**Estes cardápios estão sujeitos a alterações, principalmente de frutas e hortaliças.					
*No lanche do dia 24, fazer o sanduíche com pão caseiro e queijo SL para alunos intolerantes. Para alunos alérgicos, usar o pão caseiro, NÃO COLOCAR QUEIJO.					
CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E ALUNOS COM SELETIVIDADE ALIMENTAR					
					 Vanessa Pan Nutricionista da Merenda Escolar CRN: 89800

Vanessa Pan
Vanessa Pan
Nutricionista da Merenda Escolar
CRN: 89800

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