

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			AGOSTO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 03	TERÇA-FEIRA 04	QUARTA-FEIRA 05 SABORES DA TERRA	QUINTA-FEIRA 06	SEXTA-FEIRA 07
Entrada 07h45min	*Banana	*Maçã	*Banana	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	*Polenta cremosa com coxa ao molho	*Quibe de carne moída	*Arroz com cenoura	*Arroz parb.	*Risoto colorido (coxa + peito)
Lanche da tarde: 15h00min	*Repolho com cenoura e tomate	*Suco de uva	*Feijão preto	*Feijão carioca	*Maionese de batata/purê
	*Banana (Sobremesa)	*Abacaxi (Sobremesa)	*Macarrão caseiro com carne moída	*Batata doce	*Mix: Repolho, cenoura, couve e tomate
			*Alface e couve-flor orgânicos	*Brócolis e tomate com grão-de-bico	*Melão (sobremesa)
			*Laranja (Sobremesa)	*Banana (Sobremesa)	
Composição nutricional 30% do VET	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g	PTN (g) 10% à 15% do VET 12g à 18g	LPD (g) 15% à 30% do VET 14g à 19g	
(Média semanal)	494,27 kcal	72 g	17 g	16 g	
Composição nutricional 20% do VET	Energia (Kcal) *VR: 329	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g	PTN (g) 10% à 15% do VET 8g à 12g	LPD (g) 15% à 30% do VET 9g à 13g	
(Média semanal)	338,9 kcal	50 g	12 g	11 g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			AGOSTO/2026		
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	*Quirera com carne suína	 DIA DO ESTUDANTE  *Pizza mista (queijo, presunto, frango, milho, ervilha, tomate e orégano) *Suco de uva *Manga (Sobremesa)	*Arroz integral	*Bolo de chocolate (SEM LEITE, com cobertura de chocolate)	*Arroz parb. e feijão carioca
Lanche da tarde: 15h00min	*MIX: Repolho verde, tomate e cenoura *Banana (sobremesa)		*Feijão preto *Macarrão penne com carne moída *Alface e couve-flor *Banana (sobremesa)	*Chá matte *Melancia (Sobremesa)	*Farofa de espinafre *Coxa ao molho *Brócolis e beterraba *Maçã (sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g	PTN (g) 10% à 15% do VET 12g à 18g	LPD (g) 15% à 30% do VET 14g à 19g	
	497,82 kcal	80 g	16 g	14 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 15% do VET 8g à 12g	LPD (g) 15% à 30% do VET 9g à 13g	
	310,3 kcal	46 g	11 g	10 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

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			AGOSTO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 17	TERÇA-FEIRA 18	QUARTA-FEIRA 19 SABORES DA TERRA	QUINTA-FEIRA 20	SEXTA-FEIRA 21
Entrada 07h45min	*Banana	*Maçã	*Banana	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	*Sopa de legumes (Batata inglesa e salsa, cenoura, abobrinha, repolho e brócolis), carne bovina e macarrão cabelo de anjo	*Polenta *Carne moída ao molho *Alface, couve-flor orgânicos *Laranja (Sobremesa)	*Arroz branco *Lentilha *Mandioca cozida *Frango caipira ao molho *Repolho verde e brócolis orgânicos *Banana (Sobremesa)	*Farofa colorida com couve e ovos *Chá de cidreira *Mamão (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão preto *Batata doce *Tilápia assada *Repolho roxo, verde, tomate e cenoura *Pera (Sobremesa)
Lanche da tarde: 15h00min	*Banana (Sobremesa)				
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493 487,72 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g 72 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 12g à 18g 18 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 14g à 19g 15 g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329 335,47 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g 46 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 8g à 12g 12 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 9g à 13g 12 g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

*CARDÁPIO EXCLUSIVO DA ESCOLA ANDRÉ DORINI

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			AGOSTO/2026		
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	*Quirera c/ carne bovina *Brócolis, beterraba e repolho *Banana (Sobremesa)	*Torta salgada de pão com carne moída *Café com leite *Melancia (Sobremesa)	*Arroz com cenoura *Feijão preto *Macarrão parafuso integral com frango caipira *Alface, cenoura e couve-flor *Banana (sobremesa)	*Canjica cremosa (Leite, açúcar masc. caramelizado e coco) *Pão de queijo *Manga (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão carioca *Estrogonofe de frango *Batata c/ orégano/purê *Mix: Repolho, cenoura e tomate com grão de bico *Maçã (sobremesa)
Lanche da tarde: 15h00min					
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493 512,73 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g 78 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 12g à 18g 16 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 14g à 19g 17 g	 Vanessa Pan Nutricionista da Merenda Escolar CRN: 89800
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329 338,33 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g 47 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 8g à 12g 12 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 9g à 13g 12 g	

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

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR



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