

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			FEVEREIRO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 02	TERÇA-FEIRA 03	QUARTA-FEIRA 04	QUINTA-FEIRA 05	SEXTA-FEIRA 06
Entrada 07h45min	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	*Polenta cremosa com carne bovina em cubos	*Risoto colorido (arroz branco)
Lanche da tarde: 15h00min				*Repolho com cenoura	*Alface e tomate
				*Banana (Sobremesa)	*Manga (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)	492,6 kcal	75 g	14 g	17 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)	328,6 kcal	49 g	11 g	11 g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			FEVEREIRO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 09	TERÇA-FEIRA 10	QUARTA-FEIRA 11	QUINTA-FEIRA 12	SEXTA-FEIRA 13
Entrada 07h45min	*Banana	*Maçã	*Banana	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	*Macarrão integral espaguete com carne moída	*Quibe assado	*Arroz integral	*Torta salgada (SEM LEITE) com frango cremoso e (cenoura, chuchu, e tomate)	*Quirera com carne suína
Lanche da tarde: 15h00min	*Alface e cenoura *Banana (sobremesa)	*Cereal matinal com iogurte (pode ofertar com o iogurte ou sozinho) *Melão (Sobremesa)	*Feijão preto *Frango caipira ao molho *Batata doce *Alface e Beterraba *Banana (sobremesa)	*Suco frutas vermelhas *Maçã (Sobremesa)	*MIX: Repolho roxo, repolho verde, tomate e cenoura *Uva (sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493 494,5 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g 73 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 12g à 18g 14 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 14g à 19g 19 g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329 330 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g 48 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 8g à 12g 11 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 9g à 13g 12 g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			FEVEREIRO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 16	TERÇA-FEIRA 17	QUARTA-FEIRA 18	QUINTA-FEIRA 19	SEXTA-FEIRA 20
Entrada 07h45min	RECESSO	FERIADO	RECESSO	*Banana	*Maçã
Lanche da manhã: 09h30min Lanche da tarde: 15h00min	RECESSO	FERIADO	RECESSO	*Arroz branco *Estrogonofe bovino *Batata com orégano *Repolho, tomate e cenoura *Melancia (Sobremesa)	*Pizza mista (queijo, presunto, frango, milho, ervilha, tomate e orégano) *Suco de uva *Açaí com banana, morango e leite em pó (Sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493 493,5 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g 75 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 12g à 18g 17 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 14g à 19g 16 g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329 329,3 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g 47 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 8g à 12g 11 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 9g à 13g 13 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)			FEVEREIRO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 23	TERÇA-FEIRA 24	QUARTA-FEIRA 25	QUINTA-FEIRA 26	SEXTA-FEIRA 27
Entrada 07h45min	*Banana	*Maçã	*Banana	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	*Quirera com carne suína *Repolho com tomate e pepino *Banana (Sobremesa)	*Sanduíche com patê de frango cremoso com Cenoura, alface e tomate (pão fatiado) *Suco de maracujá *Mamão (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão preto *Tilápia refogada/assada *Farofa colorida c/couve e cenoura *Brócolis e couve-flor *Abacaxi (sobremesa)	*Bolo (massa de beterraba e sem leite, com calda "água e açúcar" e coco) *Chá matte *Banana (Sobremesa)	*Panqueca de carne moída (massa cenoura e espinafre e sem leite) ou Macarrão parafuso c/ carne moída ao molho *Mix: Alface e tomate *Melancia (sobremesa)
Lanche da tarde: 15h00min					
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493 494 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g 74 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 12g à 18g 17 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 14g à 19g 16 g	 Vanessa Pan Nutricionista da Merenda Escolar CRN: 89800
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329 328,6 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g 49 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 8g à 12g 9 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

SE FOR FAZER A PANQUECA INCLUIR ARROZ

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

***CARDÁPIO EXCLUSIVO DA ESCOLA ANDRÉ DORINI**



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