

BERÇÁRIO I (6-11 MESES)			FEVEREIRO/2026					
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 02	TERÇA-FEIRA 03	QUARTA-FEIRA 04	QUINTA-FEIRA 05	SEXTA-FEIRA 06			
Café da manhã 07h45min	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	*Leite materno ou fórmula infantil específica *Maçã em pedaços		*Leite materno ou fórmula infantil específica *Banana em pedaços		
Almoço 10h30min	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	*Arroz branco *Lentilha *Macarrão parafuso *Carne moída *Alface e tomate *Banana (Sobremesa)		*Risoto colorido *Feijão preto *Repolho, cenoura e tomate *Maçã (Sobremesa)		
Lanche 13h	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	*Melancia		*Banana		
Jantar 15h30	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	*Arroz bem ensopado com peito desfiado e cenoura *Feijão com bastante caldo		*Quirera c/ carne moída e cenoura, salada de repolho *Feijão com bastante caldo		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 475	CHO (g) 55% à 65% do VET 65g à 77g	PTN (g) 10% à 15% do VET 12g à 18g	LPD (g) 25% à 35% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	476,6 kcal	71 g	16 g	15 g	202 mg	4 mg	308 mcg	42 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

É IMPORTANTE LEMBRAR QUE PARA OS BEBES DE 06 A 08 MESES OS ALIMENTOS DEVEM ESTAR BEM COZIDOS PARA FACILITAR A CONSISTÊNCIA QUE SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR NA SALA.

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

BERÇÁRIO I (6-11 MESES)			FEVEREIRO/2026					
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 09	TERÇA-FEIRA 10	QUARTA-FEIRA 11	QUINTA-FEIRA 12		SEXTA-FEIRA 13		
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica *Maçã em pedaços		*Leite materno ou fórmula infantil específica *Banana em pedaços		
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Quirera com carne suína *Repolho, cenoura e tomate *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Macarrão espaguete com carne moída *Alface e tomate com grão-de-bico *Melancia (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Carne bovina desfiada *Batata com orégano *Alface e beterraba *Laranja (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão carioca *Tilápia assada/refogada *Batata doce *Repolho, cenoura e tomate *Maçã (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão preto *Peito desfiado ao molho *Mandioca cozida *Chuchu e tomate *Manga (Sobremesa)		
Lanche 13h	*Laranja	*Banana	*Melancia	*Manga		*Maçã		
Jantar 15h30	*Risoto colorido com frango e feijão e salada de repolho	*Sopa de legumes (batata, cenoura, abobrinha, batata salsa e tomate) carne bovina e macarrão	*Polenta cremosa com carne moída e salada de alface picada e tomate	*Arroz bem ensopado com peito desfiado e cenoura *Feijão com bastante caldo		*Macarrão parafuso integral com carne moída e salada de tomate		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 475	CHO (g) 55% à 65% do VET 65g à 77g	PTN (g) 10% à 15% do VET 12g à 18g	LPD (g) 25% à 35% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	471,8 kcal	69 g	15 g	16 g	203 mg	3 mg	224 mcg	50 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

BERÇÁRIO I (6-11 MESES)			FEVEREIRO/2026					
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 16	TERÇA-FEIRA 17	QUARTA-FEIRA 18	QUINTA-FEIRA 19	SEXTA-FEIRA 20			
Café da manhã 07h45min	RECESSO	FERIADO	RECESSO	*Leite materno ou fórmula infantil específica *Maçã em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica *Banana em pedaços			
Almoço 10h30min	RECESSO	FERIADO	RECESSO	*Arroz parb. *Feijão preto *Carne moída *Polenta cremosa *Beterraba e tomate *Melão (Sobremesa)	*Risoto colorido *Feijão carioca *Purê de batata *Repolho, cenoura e tomate *Banana (Sobremesa)			
Lanche 13h	RECESSO	FERIADO	RECESSO	*Banana	*Melão			
Jantar 15h30	RECESSO	FERIADO	RECESSO	*Risoto colorido com frango desfiado e feijão e salada de beterraba BEM COZIDA	*Quirera c/ carne moída e cenoura, salada de repolho *Feijão com bastante caldo			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 475	CHO (g) 55% à 65% do VET 65g à 77g	PTN (g) 10% à 15% do VET 12g à 18g	LPD (g) 25% à 35% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	480,8 kcal	71 g	15 g	16 g	206 mg	4 mg	262 mcg	45 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

BERÇÁRIO I (6-11 MESES)			FEVEREIRO/2026					
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 23	TERÇA-FEIRA 24	QUARTA-FEIRA 25	QUINTA-FEIRA 26	SEXTA-FEIRA 27			
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica *Maçã em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica *Banana em pedaços			
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Quirera com carne suína (bater no processador a carne) *Abobrinha e cenoura bem cozidos *Banana (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão carioca *Macarrão penne com peito desfiado ao molho *Repolho e alface *Morango (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Carne bovina desfiada refogada/acebolada *Batata doce assada/cozida *Alface e repolho *Melancia (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Tilápia assada/ensopada com legumes (Batata, cenoura, Batata salsa) *Brócolis e couve flor *Abacaxi (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão preto *Carne moída *Legumes cozidos (batata salsa, abobrinha, cenoura e batata) *Mamão (Sobremesa)			
Lanche 13h	*Morango	*Melancia	*Banana	*Mamão	*Abacaxi			
Jantar 15h30	*Carreteiro colorido com carne bovina desfiada e salada de tomate	*Polenta cremosa com peixe ao molho e salada de alface picada e tomate	*Risoto colorido com frango e feijão e salada de repolho	*Macarrão cabelo de anjo ensopadinho com carne moída e salada de tomate	*Sopa de legumes (batata, cenoura, brócolis, abobrinha, couve-flor, batata salsa e tomate) frango e macarrão			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 475	CHO (g) 55% à 65% do VET 65g à 77g	PTN (g) 10% à 15% do VET 12g à 18g	LPD (g) 25% à 35% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	469,16 kcal	68 g	16 g	15 g	210 mg	4 mg	208 mcg	62 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

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


Vanessa Pan
Nutricionista da Merenda Escolar
CRN: 89800

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

Consistência das preparações:

- * Feijão e lentilha: macio, podem ser facilmente amassados com um garfo, com caldo;
- * Arroz, batata, batata-doce, mandioca, legumes e verduras: podem ser oferecidos amassados com um garfo ou em pedaços pequenos, bem cozidos, macios e úmidos;
- * Macarrão: cozido, macio e úmido;
- * Polenta: bem cozida, lisa e úmida;
- * Carnes: devem ser bem cozidas, oferecidas em pedaços pequenos, picadas ou desfiada e úmida;
- * Frutas: podem ser oferecidas raspadas com uma colher, amassadas com um garfo ou em pedaços pequenos;
- * Sopas: com grão e carnes bem cozidas, carnes em pedaços pequenos ou desfiadas, legumes picados pequenos, nunca processar, liquidificar ou peneirar a preparação;
- * Bolos e tortas: macio e úmido, servir em pedaços pequenos.
- * Vegetais crus: pedaços pequenos, picados ou ralados.
- * Nenhuma preparação leva açúcar ou adoçante (bolos, bolachas, sucos, chás, etc).

Vanessa Pan - CRN8 - 9800 Nutricionista RT



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE MANGUEIRINHA – PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
MODALIDADE DE ENSINO INTEGRAL

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

*AS SALADAS PODEM SER
OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO
PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR
OS LEGUMES DISPONÍVEIS