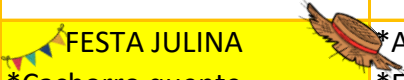


FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			JULHO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 29	TERÇA-FEIRA 30	QUARTA-FEIRA 01 SABORES DA TERRA	QUINTA-FEIRA 02	SEXTA-FEIRA 03
Entrada 07h45min	*Banana	*Maçã	*Banana	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	*Polenta cremosa com carne moída	*Sopa de legumes (cenoura, batata inglesa, brócolis, batata salsa, tomate e abobrinha) com frango e macarrão cabelo de anjo	*Arroz com cenoura	*Bolo de FUBÁ (SEM LEITE, cobertura de coco)	*Arroz parb.
Lanche da tarde: 15h00min	*Alface, couve e repolho orgânicos	*Melão (Sobremesa)	*Feijão preto	*Chocolate quente	*Feijão carioca
	*Banana (Sobremesa)		*Vaca atolada ou mandioca c/ carne bovina	*Manga (Sobremesa)	*Batata doce
			*Alface e couve-flor orgânicos		*Carne suína refogada
			*Laranja (Sobremesa)		*Repolho, couve, cenoura e tomate
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	74 g	16 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)	329,4 kcal	50 g	10 g	11 g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			JULHO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 06	TERÇA-FEIRA 07	QUARTA-FEIRA 08	QUINTA-FEIRA 09	SEXTA-FEIRA 10
Entrada 07h45min	*Banana	*Maçã	*Banana	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min Lanche da tarde: 15h00min	*Macarronada caseira com coxa ao molho *MIX: Repolho verde, tomate e cenoura *Banana (sobremesa)	*Quibe de carne moída *Chá de maracujá *Ponkan (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Quirera com carne suína *Alface, couve-flor e Beterraba *Banana (sobremesa)	 FESTA JULINA *Cachorro quente *Pipoca *Quentão *Maçã do amor	*Arroz parb. *Feijão carioca *Farofa colorida com espinafre *Tilápia assada/ensopada *Brócolis, cenoura e pepino *Abacaxi (sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493 494 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g 79 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 12g à 18g 17 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 14g à 19g 15 g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329 328,8 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g 53 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 8g à 12g 11 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 9g à 13g 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)				JULHO/2026	
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 20	TERÇA-FEIRA 21	QUARTA-FEIRA 22	QUINTA-FEIRA 23	SEXTA-FEIRA 24
Entrada 07h45min	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	*Arroz parb.	*Sopa de feijão/legumes (cenoura, batata inglesa, batata salsa, tomate e abobrinha) com carne bovina e macarrão cabelo de anjo
Lanche da tarde: 15h00min				*Feijão preto *Macarrão espaguete int. com frango caipira ao molho *Tomate e repolho roxo *Banana (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	
	492,7 kcal	70 g	16 g	17 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	
	329,7 kcal	49 g	10 g	11 g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

*CARDÁPIO EXCLUSIVO DA ESCOLA ANDRÉ DORINI



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

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			JULHO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 27	TERÇA-FEIRA 28	QUARTA-FEIRA 29	QUINTA-FEIRA 30	SEXTA-FEIRA 31
Entrada 07h45min	*Banana	*Maçã	*Banana	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	*Quirera com frango ao molho *Brócolis, beterraba e repolho	*Farofa colorida de ovo com cenoura e couve *Chá de cidreira/hortelã *Ameixa (Sobremesa)	*Arroz com cenoura *Feijão preto *Macarrão penne com coxa ao molho *Alface, cenoura e tomate *Laranja (sobremesa)	*Torta salgada (SEM LEITE/SEM QUEIJO) com frango cremoso e legumes (cenoura, brócolis, couve-flor e tomate) *Café com leite *Banana (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão carioca *Carne bovina acebolada *Batata inglesa com orégano *Mix: Repolho, cenoura e tomate com grão de bico *Mamão (sobremesa)
Lanche da tarde: 15h00min	*Banana (Sobremesa)				
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493 494 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g 76 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 12g à 18g 16 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 14g à 19g 15 g	 Vanessa Pan Nutricionista da Merenda Escolar CRN: 89800
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329 329,5 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g 52 g	PTN (g) 10% à 15% do VET 8g à 12g 11 g	LPD (g) 15% à 30% do VET 9g à 13g 10 g	

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

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

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