



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)			OUTUBRO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 05	TERÇA-FEIRA 06	QUARTA-FEIRA 07 SABORES DA TERRA	QUINTA-FEIRA 08	SEXTA-FEIRA 09
Entrada 13h	*Farofa colorida e chá	*Bolacha caseira e fruta	*Pão com manteiga	*Cuca e fruta	*Pão torrado com manteiga e orégano e chá
Lanche da tarde: 15h00min	*Polenta cremosa com carne moída ao molho *Repolho com cenoura e tomate *Banana (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão carioca *Macarrão int. espaguete com peito ao molho *Brócolis e tomate com grão-de-bico *Maçã (Sobremesa)	*Arroz com cenoura *Feijão preto *Batata doce *Carne suína *Alface e couve-flor orgânicos *Banana (Sobremesa)	*Quibe de carne moída *Suco de uva *Abacaxi (Sobremesa)	*Risoto colorido (coxa) *Maionese de batata/purê *Mix: Repolho, cenoura, couve e tomate *Melão (Sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Fundamental	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g
		499,15 kcal	78 g	17 g	15 g
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Pré-escolar	Energia (Kcal) *VR: 405	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g
		400,66 kcal	60 g	13 g	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) PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)			OUTUBRO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 12	TERÇA-FEIRA 13	QUARTA-FEIRA 14	QUINTA-FEIRA 15	SEXTA-FEIRA 16
Entrada 13h	*Feriado	*Recesso	*Pão com manteiga	*Cuca e fruta	*Pão torrado com manteiga e orégano e chá
Lanche da tarde: 15h00min	*Feriado	*Recesso	*Macarrão caseiro com coxa ao molho *Alface e tomate *Melancia (Sobremesa)	*Conferir cardápio exclusivo de DIA DAS CRIANÇAS	*Conferir cardápio exclusivo de DIA DAS CRIANÇAS
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Fundamental	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g
		497,82 kcal	80 g	16 g	14 g
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Pré-escolar	Energia (Kcal) *VR: 405	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g
		412,74 kcal	65 g	13 g	12 g

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)			OUTUBRO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 19	TERÇA-FEIRA 20	QUARTA-FEIRA 21 SABORES DA TERRA	QUINTA-FEIRA 22	SEXTA-FEIRA 23
Entrada 13h	*Farofa colorida e chá	*Bolacha caseira e fruta	*Pão com manteiga	*Cuca e fruta	*Pão torrado com manteiga e orégano e chá
Lanche da tarde: 15h00min	*Polenta *Carne em iscas ao molho *Alface, couve-flor orgânicos *Banana (Sobremesa)	*Macarrão penne com carne moída *Repolho roxo, verde, espinafre, tomate e cenoura *Laranja (Sobremesa)	*Arroz branco *Lentilha *Batata doce *Frango caipira ao molho cenoura) *Repolho verde e brócolis orgânicos *Banana (Sobremesa)	*Torta sem leite com peito desfiado cremoso *Suco de uva/água de coco *Manga (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão preto *Tilápia assada/refogada *Batata com orégano *Repolho roxo, verde, tomate e cenoura *Abacaxi (Sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Fundamental	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g
		487,72 kcal	72 g	18 g	15 g
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Pré-escolar	Energia (Kcal) *VR: 405	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g
		393,43 kcal	59 g	14 g	12 g

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS) PRÉ-ESCOLAR I (4-6 ANOS)			OUTUBRO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 26	TERÇA-FEIRA 27	QUARTA-FEIRA 28	QUINTA-FEIRA 29	SEXTA-FEIRA 30
Entrada 13h	*Farofa colorida e chá	*Bolacha caseira e fruta	*Pão com manteiga	*Cuca e fruta	*Pão torrado com manteiga e orégano e chá
Lanche da tarde: 15h00min	*Quirera com carne bovina em iscas *Couve-flor e tomate com grão-de-bico *Banana (Sobremesa)	*Arroz com cenoura *Feijão preto *Farofa colorida com couve *Tilápia refogada *Alface e beterraba *Morango (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão carioca *Mandioca *Frango caipira *Brócolis e tomate *Banana (Sobremesa)	*Iogurte *Pão de queijo *Mamão (Sobremesa)	*Arroz parb. E feijão preto *Panqueca SEM LEITE (massa de beterraba e cenoura) de carne moída *Repolho, cenoura e tomate *Melancia (Sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Fundamental	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 68g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g
		512,73 kcal	78 g	16 g	17 g
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Pré-escolar	Energia (Kcal) *VR: 405	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 66g	PTN (g) 10% à 25% do VET 10g à 15g	LPD (g) 20% à 35% do VET 11g à 16g
		411,5 kcal	61 g	12 g	14 g

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

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR


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



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

Cardápio exclusivo DIA DAS CRIANÇAS (ESCOLAS)		
JOSÉ Lanche 14/10 e 16/10 Preparações: Tarde	*Carne no disco com tomate, legumes, temperos e pão francês *Suco de uva 200ml *Açaí (banana, morango e leite em pó)	*Porção de fritas (batata, frango e peixe (pode fazer maionese) (usar ovo cozido) *Suco de frutas vermelhas *Picolé *Uva de sobremesa

ESCOLA ATENDIDA COM ESSE CARDÁPIO:

***JOSÉ DANGUI**