



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPANEMA – PARANÁ

CARDÁPIO DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

ETAPA DE ENSINO: Pré-escola e Ensino Fundamental I

ZONA: Rural

FAIXA ETÁRIA: 5 a 10 anos

PERÍODO: PARCIAL-MANHÃ

NECESSIDADES ESPECIAIS: *SIM



MAIO

Semana 1	segunda-feira 04-05-26	terça-feira 05-05-26	quarta-feira 06-05-26	quinta-feira 07-05-26	sexta-feira 08-05-26
Café da Manhã 7:00-7:30	Pão caseiro com melado Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com manteiga Leite integral com açúcar mascavo	Pão caseiro com melado Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com manteiga Leite integral com açúcar mascavo	Pão caseiro com nata Leite integral com café descafeinado
	Intolerâncias:				
	Glúten: Pão sem glúten; Lactose: Leite e margarina zero lactose;				
Lanche da Manhã 9:45h a 10h	Macarronada com carne moída e salada, fruta	Arroz, feijão, sobrecoxa assada e salada Fruta	polenta, carne moída ao molho de tomate, salada, fruta	Galinhada e salada Fruta	Bolo caseiro sem cobertura e suco de fruta Fruta
	Intolerâncias:				
	Glúten: macarrão sem glúten	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: farinha de arroz Intolerância a lactose: bolo feito com água
Semana 2	segunda-feira 11-05-26	terça-feira 12-05-26	quarta-feira 13-5-26	quinta-feira 14-05-26	sexta-feira 15-05-26
Café da Manhã 7:00-7:30	Pão caseiro com melado Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com manteiga Leite integral com açúcar mascavo	Pão caseiro com melado Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com manteiga Leite integral com açúcar mascavo	Pão caseiro com nata Leite integral com café descafeinado
	Intolerâncias:				
	Glúten: Pão sem glúten; Lactose: Leite e margarina zero lactose;				
Lanche da manhã 9:45h a 10h	Arroz, feijão, carne moída, refogado de legumes e salada, fruta	bolacha caseira, iogurte, fruta	sopa de feijão com carne de músculo, legumes, macarrao, fruta	Polenta, carne moída e salada Fruta	Pão com melado, leite integral com café descafeinado e fruta
	Intolerâncias:				
	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: bolacha especial Intolerância a lactose: bolo feito com água	Glúten: macarrão sem glúten	SEM RESTRIÇÕES	Lactose: Leite sem lactose Glúten: Pão sem glúten
Semana 3	segunda-feira 18-05-26	terça-feira 19-05-26	quarta-feira 20-05-26	quinta-feira 21-05-26	sexta-feira 22-05-26
Café da Manhã 7:00-7:30	Pão caseiro com melado Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com manteiga Leite integral com achocolatado	Pão caseiro com melado Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com manteiga Leite integral com achocolatado	Pão caseiro com nata Leite integral com café descafeinado
	Intolerâncias:				
	Glúten: Pão sem glúten Lactose: Leite e margarina zero lactose				
Lanche da manhã 9:45-10:00	Risoto de carne de frango, salada, fruta	Arroz, feijão, sobrecoxa assada e salada, Fruta	Bolo simples, chá e fruta	Arroz, feijão, carne moída refogada ao molho de tomate e salada, Fruta	Bolacha caseira e suco de frutas Fruta
	Intolerâncias:				
	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: farinha de arroz Intolerância a lactose: bolo feito com água	Glúten: sem restrições Intolerância a lactose: sem restrições	Lactose: bolo sem lactose Glúten: bolacha sem glúten

Semana 4	segunda-feira 25-05-26	terça-feira 26-05-26	quarta-feira 27-05-26	quinta-feira 28-05-26	sexta-feira 29-05-26
Café da Manhã 7:00-7:30	Pão caseiro com melado Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com manteiga Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com nata Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com melado Leite integral com café descafeinado	Pão caseiro com nata Leite integral com café descafeinado
	Intolerâncias				
	Glúten: Pão sem glúten Lactose: Leite e margarina zero lactose				
Lanche da manhã 9:45-10:00	Polenta com carne moída, salada Fruta	Macarrão com carne de frango ao molho	torta salgada com carne e legumes,fruta	Arroz, feijão, coxa sobrecoxa assada Fruta	Cuca royal (receita abaixo) e café descafeinado com leite Fruta
	Intolerâncias				
	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: macarrão sem glúten	Glúten: farinha de arroz Intolerância a lactose: bolo feito com água	SEM RESTRIÇÕES	Lactose: cacau com leite zero lactose. Não colocar a farofa Glúten: cuca de farinha de arroz ou amido de milho. Não colocar a farofa
Média semanal do cardápio	Calorias (kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	
	503,07 kcal	12 g	11,095 g	50,08 g	
Tatiana Ferrari Ghizoni (Nutricionista RT PNAE - CRN8/3180)					
O cardápio foi elaborado com base na Resolução FNDE/PNAE 04/2026 e as leis vigentes da alimentação escolar.					
Cardápio sujeito a alterações. Elaborado e revisado pela nutricionista responsável técnica.					
As frutas,verdura e legumes são escolhidas conforme a época e a sazonalidade.					