

	SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPANEMA – PARANÁ CARDÁPIO* DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR CMEIs ETAPA DE ENSINO: Berçário I e II; Maternal I e II; Infantil IV FAIXA ETÁRIA: 6 meses a 4 anos ou mais ZONA: Urbana PERÍODO: PARCIAL e INTEGRAL NECESSIDADES ALIMENTARES: sim*				
MÊS DE AGOSTO					
Semana 1	segunda-feira 03-08-26	terça-feira 04-08-26	quarta-feira 05-08-26	quinta-feira 06-08-26	sexta-feira 07-08-26
Café da Manhã (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) 8h	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Fruta	Pão caseiro com geleia de frutas sem açúcar e leite puro sem açúcar Fruta	Pão caseiro com manteiga e leite com cacau sem açúcar Fruta	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Fruta	Pão caseiro com geleia sem açúcar e leite puro sem açúcar Fruta
	Intolerantes				
	lactose: leite zero lactose/requeijão zero APLV: bebida vegetal Intolerantes ao glúten: pão sem glúten				
Almoço (Todas as turmas) 11h	Arroz, feijão, macarrão com carne moída e legume/salada	Arroz, feijão, polenta cozida, peito de frango desfiado refogado ao molho de tomate com legumes/salada verde.	Arroz, feijão, carne bovina em tiras cozida ao molho de tomate, farinha de mandioca, legume/salada	Arroz, feijão, carne moída refogada com cenoura e batata, salada de tomate.	Galinhada, feijão, salada verde/legumes.
	Intolerantes				
	Glúten/ovo: macarrão sem glúten e ovo	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES
Lanche da tarde I (apenas Berçário II integral) 14h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) 15h30	sopa de feijão com carne moída e legumes, macarrão cabelo de anjo	Polenta cremosa, molho de peito de frango desfiado, salada/legumes	Arroz, carne bovina de patinho refogada ao molho, legumes/salada	Panqueca, molho de carne moída	Arroz, feijão e carne coxa sobre coxa ao molho de tomate com legumes
	Intolerantes				
	Glúten/ovo: macarrão sem glúten e ovo	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: massa de tapioca (1 ovo com 1 colher de sopa de amido de milho ou massa de tapioca) Ovo: com linhaça	SEM RESTRIÇÕES

Lanche da tarde II (Todas as turmas) 16h30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energia kcal	carboidrato	proteínas	Lipídio	Vitamina A	vitamina C e Cálcio,Ferro
705	100g	28g	21g	225 mcg	43g,355 mg,6 mg
Semana 2	segunda-feira 10-08-26	terça-feira 11-08-26	quarta-feira 12-08-26	quinta-feira 13-08-26	sexta-feira 14-08-26
Café da Manhã (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) 8h	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Fruta	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar, Fruta	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar, Fruta	Pão caseiro com nata, leite puro sem açúcar, Fruta	Pão caseiro com geleia sem açúcar, leite puro sem açúcar Fruta
	Intolerantes				
	lactose: leite zero lactose/requeijão zero APLV: bebida vegetal Intolerantes ao glúten: pão sem glúten				
Almoço (Todas as turmas) 11h	Arroz e feijão,Carne moída ao molho de tomate, batata inglesa refogada com tempero verde,Legume/verdura	Arroz,feijão,macarrão ao alho e óleo,coxa sobre coxa assada,salada/legumes	Arroz,feijão,carne bovina de patinho picada e refogada, batata doce refogada,legumes e salada.	arroz,feijão,mandioca cozida,carne moída ao molho de tomate,salada,legumes	arroz,feijão,estrogonofe de peito de frango,salada/legumes
	Intolerantes				
	SEM RESTRIÇÕES	glúten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: engrossar o molho com amido de milho Intolerância e alergia ao leite: servir o molho sem leite
Lanche da tarde I (apenas Berçário II integral) 13h30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) 15h30	Macarrão com molho de carne moída e legumes	Risoto de coxa sobre coxa,salada/legumes	Pão de queijo,leite com cacau	carreteiro com carne moída e legumes	Torta salgada com molho de carne frango e legumes
	Intolerantes				
	Glúten/ovo: macarrão sem glúten e ovo	SEM RESTRIÇÕES	Intolerante e alergia ao leite: pão de queijo sem leite, chá.	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: massa com farinha de arroz Intolerante e alergia ao leite:
Lanche da tarde II (Todas as turmas) 16h30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energia kcal	carboidrato	proteínas	Lipídio	Vitamina A	vitamina C e Cálcio,Ferro

710	102g	27g	23g	253 mcg	43 mg,354 mg,5 mg
Semana 3	segunda-feira 17-08-26	terça-feira 18-08-26	quarta-feira 19-08-26	quinta-feira 20-08-26	sexta-feira 21-08-26
Café da Manhã (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) 8h	Pão caseiro com nata, leite puro sem açúcar Fruta	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Fruta	Pão caseiro com doce de banana, leite com cacau sem açúcar Fruta	Pão caseiro com nata, leite puro sem açúcar Fruta	Pão caseiro com doce de banana, leite com cacau sem açúcar Fruta
	Intolerantes				
	lactose: leite zero lactose/requeijão zero APLV: bebida vegetal/margarina zero lactose Intolerantes ao glúten: pão sem glúten				
Almoço (Todas as turmas) 11h	Arroz,feijão,carne moída ao molho de tomate,polenta,legumes,salada.	Arroz,feijão,peito de frango ao molho de tomate,macarrão cozido,salada.	Arroz e feijão,Carne bovina refogada,mandioca cozida,Legume/salada	Arroz,feijão,coxa sobre coxa assada com batata inglesa,legumes,salada,	Arroz,feijão,almondegas ao molho de tomate,salada
	Intolerantes				
	SEM RESTRIÇÕES	Glúten/ovo: peito de frango somente grelhado	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: massa com farinha de arroz Ovo: com linhaça
Lanche da tarde I (apenas Berçário II integral) 14h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) 15h30	Arroz,carne bovina o molho com legumes	Torta salgada com carne e legumes	Arroz carreteiro com carne bovina e legumes	Galinhada com legumes	Arroz,almôndegas ao molho de tomate,legumes
	Intolerante				
	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: massa com farinha de arroz Intolerante e alergia ao leite: massa sem leite Ovo: com linhaça	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: massa com farinha de arroz Ovo: com linhaça
Lanche da tarde II (Todas as turmas) 16h30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energia kcal	carboidrato	proteínas	Lipídio	Vitamina A	vitamina C e Cálcio,Ferro
704,3	105g	26g	24g	230 mcg	43 mg,350 mg,5 mg
Semana 4	segunda-feira 24-08-26	terça-feira 25-08-26	quarta-feira 26-08-26	quinta-feira 27-08-26	sexta-feira 28-08-26

Café da Manhã (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) 8h	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar, Fruta	Pão caseiro com doce de fruta sem açúcar, leite com cacau sem açúcar Fruta	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Fruta	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar, Fruta	Pão caseiro com doce de fruta sem açúcar, leite com cacau sem açúcar Fruta
	Intolerantes				
	lactose: leite zero lactose/requeijão zero APLV: bebida vegetal Intolerantes ao glúten: pão sem glúten				
Almoço (Todas as turmas) 11h	Arroz,feijão,mandioca cozida,carne moída refogada com legumes	Arroz,Feijão,macarrão cozido, coxa sobre coxa o molho de tomate,salada verde/legumes	Arroz,Feijão,Refogado de couve,carne bovina de patinho refogada, farinha de mandioca,legumes	Arroz,feijão,purê de batata inglesa,carne moída ao molho de tomate.salada,legumes	Arroz,feijão,batata doce cozida,carne bovina de patinho refogada,salada,legumes
	Intolerantes				
	SEM RESTRIÇÕES	Glúten/ovo: macarrão sem glúten e ovo	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES
Lanche da tarde I (apenas Berçário II integral) 14h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) 15h30	Polenta cozida , carne moída ao molho de tomate com legumes	Sopa de legumes, macarrão,carne de frango	carreteiro com carne de patinho,salada	Pão com molho de carne moída	Bolo de banana sem açúcar,leite com cacau
	SEM RESTRIÇÕES	glúten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: Pão especial	Glúten: bolo com farinha de arroz Ovo: linhaça APLV e intolerância ao Leite: bolo sem leite
Lanche da tarde II (Todas as turmas) 16h30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energia kcal	carboidrato	proteínas	Lipídio	Vitamina A	vitamina C e Cálcio,Ferro
710	102,5g	26g	22g	245mcg	40mg,352 mg,5 mg
Semana 5	segunda-feira 29-06-26	terça-feira 30-06-26	quarta-feira 01-07-26	quinta-feira 02-07-26	sexta-feira 03-07-26
Café da Manhã (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV)	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Fruta	Pão caseiro com doce de fruta sem açúcar, leite com cacau sem açúcar Fruta	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Fruta	Pão caseiro com manteiga,leite integral sem açúcar, Fruta	Pão caseiro com doce de fruta sem açúcar,leite integral sem açúcar, Fruta

8h	Intolerantes				
	lactose: leite zero lactose/requeijão zero APLV: bebida vegetal/margarina zero lactose Intolerantes ao glúten: pão sem glúten				
Almoço (Todas as turmas) 10h30	Arroz e feijão ,Carne moída ,Polenta cozida,Verdura/legume	Arroz e feijão Sobrecoxa e macarrão ao molho de tomate Verdura/legume	Arroz e feijão ,Carne de patinho em tiras refogada ,Batata doce assada ,Verdura/legume	Arroz,feijão,peito de frango grelhado em tiras,verduras e legumes	Arroz,feijao,carne moida ao molho de tomate,batata inglesa refogada,verdura e legumes
	Intolerantes				
	SEM RESTRIÇÕES	Glúten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES
Lanche da tarde I (apenas Berçário II integral) 13h30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar (Berçário I) 15h	Macarrão com carne moída	Galinhada com carne de coxa sobre coxa e legumes	sopa de feijão com carne,legumes,macarrão	Arroz, peito de frango ao molho,legumes refogado	Purê de batata inglesa,carne moída, legumes refogados
Jantar (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) 15h					
Intolerantes					
	glúten/ovo: macarrão sem	glúten: pão sem glúten	glúten e ovo,macarrão sem	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES
Lanche da tarde II (Todas as turmas) 16h30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Energia kcal	carboidrato	proteínas	Lipídio	Vitamina A	vitamina C e Cálcio,Ferro
700	98g	26g	22g	238 mcg	44mg,342mg,5mg
Tatiana Ferrari Ghizoni (Nutricionista RT PNAE - CRN8/3180)					
Fonte: Energia - Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação - FAO, 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio - Organização Mundial de Saúde - OMS, 2004 e 2007. Dietary Reference Intakes para Vitamina C (2000); Dietary Reference Intakes para Vitamina e ferro (2001); Dietary Reference Intakes para Cálcio (2011).					
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.legumes e verduras são escolhidas conforme a época e a sazonalidade.					