

 Programa Nacional de -Alimentação Escolar-	SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPANEMA – PARANÁ				 GOVERNO DO MUNICÍPIO Gente que Trabalha, Cidade que Cresce.
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-TARDE	NECESSIDADES ESPECIAIS: *SIM
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
Lanche da tarde 15:30 horas	Macarronada com carne moída,salada, Fruta	Arroz, feijão, sobrecoxa assada,salada, Fruta	Polenta,carne moída ao molho de tomate,salada. Fruta	Arroz, feijão, batata doce assada,carne moída ao molho de tomate e salada, Fruta.	Bolo simples,leite integral com mascau, Fruta
	Intolerâncias				
	Glúten: macarrão sem glúten	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: Sem restrições Intolerância a lactose: Sem restrições	Glúten: farinha de arroz Intolerância a lactose/APLV: bolo feito com água
	ENERGIA KCAL	CARBOIDRATO	PROTEÍNA	LIPÍDIOS	
	330	48g	12,3g	11 g	
Semana 2	segunda-feira 10-08-26	terça-feira 11-08-26	quarta-feira 12-8-26	quinta-feira 13-08-26	sexta-feira 14-08-26
Lanche da tarde 15:30 horas	Galinhada, legumes e salada, Fruta	Macarrão com carne de frango ao molho, fruta	Arroz,feijão, coxa sobre coxa refogada ao molho de tomate,legumes e verdura Fruta	Polenta, carne moída e salada Fruta	Torta salgada com carne e legumes Fruta
	Intolerâncias				
	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: macarrão de arroz	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: torta com farinha de arroz Intolerância a lactose: torta sem leite Proteína do leite: torta sem leite
	ENERGIA KCAL	CARBOIDRATO	PROTEÍNA	LIPÍDIOS	
	335	52g	10g	10,1g	
Semana 3	segunda-feira 17-08-26	quarta-feira 19-08-26	quarta-feira 19-08-26	quinta-feira 20-08-26	sexta-feira 21-08-26
Lanche da tarde 15:30 horas	Polenta com carne moida ao molho de tomate,legumes e verdura Fruta	Arroz,feijão,coxa sobre coxa ao molho de tomate,verdura,fruta	Macarrão alho e óleo,carne moida refogada com legumes,salada verde e fruta	Arroz,coxa sobre coxa assada,salada verde,legumes,fruta	Bolo simples,leite integral com cacau,fruta
	Intolerâncias				
	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: macarrão de arroz	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: farinha de arroz Intolerância a lactose/APLV: bolo feito com água
	ENERGIA KCAL	CARBOIDRATO	PROTEÍNA	LIPÍDIOS	
	325	48 g	11 g	10,5g	
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
Lanche da tarde 15:30 horas	Galinhada,salada verde, fruta	Macarrão com carne de frango ao molho, fruta	Polenta com carne moída, salada Fruta	Arroz, feijão, coxa sobrecoxa assada,salada, Fruta	Bolo de mascau,chá e fruta
	Intolerâncias				

	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: macarrão sem glúten	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: farinha de arroz Intolerância a lactose/APLV: bolo feito com água
	ENERGIA KCAL	CARBOIDRATO	PROTEÍNA	LIPÍDIOS	
	334	50,8g	11,4g	10,5g	
Semana 5	segunda-feira 31-08-26	terça-feira 01-09-26	quarta-feira 02-09-26	quinta-feira 03-09-26	sexta-feira 04-09-26
Lanche da tarde 15:30 horas	Arroz colorido(arroz,cenoura,beterraba ou outro legumes,carne moída), salada verde. fruta.	Arroz,feijão,coxa sobre coxa refogada com legumes,fruta	Polenta com carne moída, salada Fruta	Macarrão com carne de frango ao molho	Bolo de banana,suco de fruta natural, fruta
	Intolerâncias:				
	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	Glúten: macarrão sem glúten	Glúten: farinha de arroz Intolerância a lactose/APLV: bolo feito com água
	ENERGIA KCAL	CARBOIDRATO	PROTEÍNA	LIPÍDIOS	
	329	49,4g	10,3g	10g	
	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.					
Fonte: Energia - Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação - FAO, 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio - Organização Mundial de Saúde - OMS, 2004 e 2007. *Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta - VET.					
As frutas,verdura e legumes são escolhidas conforme a época e a sazonalidade.					