



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPANEMA – PARANÁ  
 CARDÁPIO DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
 ETAPA DE ENSINO: Pré-escola e Ensino Fundamental I

ZONA: Campo e Urbana

FAIXA ETÁRIA: 5 a 10 anos PERÍODO: Parcial

NECESSIDADES ALIMENTARES: sim\*



Semana 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da tarde 15:30			Arroz, feijão****, coxa sobrecoxa assada, verduras e legumes	Batata doce e carne suína assada, verduras e legumes	Torta salgada e suco de polpa Fruta Alergia ao glúten: Torta salgada com farinha sem glúten
			Fruta	Fruta	Fruta
Semana 2	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da tarde 15:30	Macarrão caseiro com molho de tomate e coxa sobrecoxa assada, verduras e legumes Alergia ao glúten: macarrão sem glúten	Galinhada e verduras e legumes	Arroz, feijão e carne moída, verduras e legumes	Purê de batata com carne moída, verdura/legume Intolerância a lactose: utilizar o leite zero lactose no purê	Pão francês com manteiga e bolacha caseira com chá Alergicos ao glúten: pão e bolacha sem glúten Intolerância a lactose: requeijão zero e
	Fruta	Fruta			Fruta
Semana 3	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da tarde 15:30	Polenta cozida e carne suína refogada, verduras e legumes	Macarrão caseiro alho e óleo e coxa sobrecoxa assada, verduras e legumes Alergia ao glúten: macarrão sem glúten	Batata doce assada e carne moída refogada, verduras e legumes	Arroz, feijão e coxa sobrecoxa assada, verduras e legumes	Pão caseiro com nata/ doce e café com leite Alergicos ao glúten: pão sem glúten Intolerância a lactose: requeijão e leite zero sem lactose
	Fruta	Fruta			Fruta
Semana 4	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche da tarde 15:30	Macarrão caseiro com molho de tomate e coxa sobrecoxa assada, verduras e legumes Alergia ao glúten: macarrão sem glúten	Cuca caseira com chá e fruta Alergicos ao glúten e intolerância a lactose: fazer bolo com farinha de arroz e com leite zero lactose	Mandioca cozida e carne moída com cenoura ralada	Galinhada, verduras e legumes	Pão francês com carne moída, suco de polpa Alergia ao glúten: pão sem glúten
		Fruta	Fruta		Fruta

\*O cardápio poderá ser alterado conforme disponibilidade dos alimentos e autorização prévia do Setor de Nutrição do SEMEC;

\*\*Os alimentos considerados alergênicos ou não tolerados serão substituídos mediante laudos;

\*\*\*O cardápio foi elaborado com base na Resolução FNDE/PNAE 06/2020 e as leis vigentes da alimentação escolar.

\*\*\*\*O feijão não deve ser engrossado com farinha de trigo devido intolerantes/alérgicos ao glúten. Utilizar amido de milho no lugar.

Caroline Maliska Klauk (Nutricionista PNAE - CRN8/12586)

Tatiana Ferrari Ghizoni (Nutricionista RT PNAE - CRN8/3180)

Cálculo do Cardápio	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Sódio (mg)
Média Semanal	460 kcal	70 g	22 g	10 g	333,84 mg