



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-TARDE

NECESSIDADES ESPECIAIS: \*SIM



**JUNHO**

Semana 1	segunda-feira 01-06-26	terça-feira 02-06-26	quarta-feira 03-06-26	quinta-feira 04-06-26	sexta-feira 05-06-26		
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	FERIADO	RECESSO		
	<b>Intolerâncias</b>						
	<b>Glúten:</b> macarrão sem glúten	<b>SEM RESTRIÇÕES</b>	<b>SEM RESTRIÇÕES</b>				
	ENERGIA KCAL	CARBOIDRATO	PROTEÍNA	LIPÍDIOS			
	322	46,1g	11,8g	10,2g			
Semana 2	segunda-feira 08-06-26	terça-feira 09-06-26	quarta-feira 10-6-26	quinta-feira 11-06-26	sexta-feira 12-06-26		
Lanche da tarde 15:30 horas	Arroz, feijão, carne moída, refogado de legumes e salada, fruta	Macarrão com carne de frango ao molho de tomate com legumes, salada	Sopa de feijão com carne moída, legumes, macarrao, fruta	Polenta, carne moída e salada Fruta	Pão com melado, leite integral com cacau, fruta		
	<b>Intolerâncias</b>						
	<b>SEM RESTRIÇÕES</b>	<b>Glúten:</b> macarrão de arroz	<b>Glúten:</b> macarrão sem glúten	<b>SEM RESTRIÇÕES</b>	<b>Glúten:</b> Pão especial, chá <b>Intolerância a lactose:</b> Pão especial, leite zero lactose, chá <b>Proteína do leite:</b> Pão		
	ENERGIA KCAL	CARBOIDRATO	PROTEÍNA	LIPÍDIOS			
	332	51g	10g	10,1g			
Semana 3	segunda-feira 15-06-26	terça-feira 16-06-26	quarta-feira 17-06-26	quinta-feira 18-06-26	sexta-feira 19-06-26		
Lanche da tarde 15:30 horas	Risoto de carne de frango, salada, fruta	Arroz, feijão, sobrecoxa assada e salada Fruta	Sopa (legumes, carne de frango, macarrão), fruta	Arroz, feijão, carne moída ao molho de tomate e salada, Fruta.	Bolo simples, leite integral com cacau, fruta		
	<b>Intolerâncias</b>						
	<b>SEM RESTRIÇÕES</b>	<b>SEM RESTRIÇÕES</b>	<b>Glúten:</b> macarrão de arroz <b>Intolerância a lactose:</b> sem restrições	<b>Glúten:</b> Sem restrições <b>Intolerância a lactose:</b> Sem restrições	<b>Glúten:</b> farinha de arroz <b>Intolerância a lactose/APLV:</b> bolo feito com água		
	ENERGIA KCAL	CARBOIDRATO	PROTEÍNA	LIPÍDIOS			
	327	48,5 g	10,9 g	10,3g			
Semana 4	segunda-feira 22-06-26	terça-feira 23-06-26	quarta-feira 24-06-26	quinta-feira 25-06-26	sexta-feira 26-06-26		
Lanche da tarde 15:30 horas	Polenta com carne moída, salada Fruta	Macarrão com carne de frango ao molho, fruta	Galinhada, salada, fruta	Arroz, feijão, coxa sobrecoxa assada, salada, Fruta	Cuca royal ( <b>receita abaixo</b> ) e café descafeinado com leite Fruta		
	<b>Intolerâncias</b>						
	<b>SEM RESTRIÇÕES</b>	<b>Glúten:</b> macarrão sem glúten	<b>SEM RESTRIÇÕES</b>	<b>SEM RESTRIÇÕES</b>	<b>Lactose:</b> cacau com leite zero lactose. Não colocar a farofa <b>Glúten:</b> cuca de farinha de arroz ou		
	ENERGIA KCAL	CARBOIDRATO	PROTEÍNA	LIPÍDIOS			

	334	50,8g	11,4g	10,5g	
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
Lanche da tarde 15:30 horas	Galinhada, salada, Fruta	Arroz, feijão, carne moída refogada com legumes, fruta	Bolacha caseira, suco de frutas Fruta	Polenta com carne moída, salada Fruta	Macarrão com carne de frango ao molho
	<b>Intolerâncias:</b>				
	<b>SEM RESTRIÇÕES</b>	<b>SEM RESTRIÇÕES</b>	<b>Lactose:</b> bolacha sem lactose <b>Glúten:</b> bolacha sem glúten Proteína do leite: Biscoito especial	<b>SEM RESTRIÇÕES</b>	<b>Glúten:</b> macarrão de arroz
	ENERGIA KCAL	CARBOIDRATO	PROTEÍNA	LIPÍDIOS	
	329	49,4g	10,3g	10g	
Tatiana Ferrari Ghizoni (Nutricionista RT PNAE - CRN8/3180)					
<b>O cardápio foi elaborado com base na Resolução FNDE/PNAE 04/2026 e as leis vigentes da alimentação escolar.</b>					
<small>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.</small>					
<b>As frutas, verdura e legumes são escolhidas conforme a época e a sazonalidade.</b>					