



**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 I e II  
**FAIXA ETÁRIA:** 6 meses a 4 anos ou mais  
**ZONA:** Urbana **PERÍODO:** PARCIAL e INTEGRAL  
**NECESSIDADES ALIMENTARES:** sim\*



**MÊS DE JUNHO**

<b>Semana 1</b>	<b>segunda-feira 01-06-26</b>	<b>terça-feira 02-06-26</b>	<b>quarta-feira 03-06-26</b>	<b>quinta-feira 04-06-26</b>	<b>sexta-feira 05-06-26</b>
<b>Café da Manhã</b> (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) <b>8h</b>	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Fruta	Pão caseiro com geleia sem açúcar e leite puro sem açúcar Fruta	Pão caseiro com manteiga e leite com cacau sem açúcar Fruta	FERIADO	RECESSO
	<b>Intolerantes</b>				
	<b>lactose:</b> leite zero lactose/requeijão zero   <b>APLV:</b> bebida vegetal <b>Intolerantes ao glúten:</b> pão sem glúten				
<b>Almoço</b> (Todas as turmas) <b>11h</b>	Arroz, feijão, macarrão com carne moída e legume/salada	Arroz, feijão, polenta cozida, peito de frango picado em cubos e refogado ao molho de tomate com legumes/salada verde.	Arroz, feijão, carne bovina em tiras cozida, farinha de mandioca, legume/salada	FERIADO	RECESSO
	<b>Intolerantes</b>				
	<b>Glúten/ovo:</b> macarrão sem glúten e ovo	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES		
<b>Lanche da tarde I</b> (apenas Berçário II integral) <b>14h</b>	Fruta	Fruta	Fruta	FERIADO	RECESSO
<b>Jantar</b> (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) <b>15h30</b>	sopa de feijão com carne moída e legumes, macarrão cabelo de anjo	arroz, peito de frango ao molho de tomate e legumes cozidos.	sopa de legumes com macarrão cabelo de anjo, carne bovina		
	<b>Intolerantes</b>				
	<b>Glúten/ovo:</b> macarrão sem glúten e ovo	SEM RESTRIÇÕES	<b>Glúten/ovo:</b> macarrão sem glúten e ovo		
<b>Lanche da tarde II</b> (Todas as turmas) <b>16h30</b>	Fruta	Fruta	Fruta		
<b>Energia kcal</b>	carboidrato	proteínas	Lipídio	Vitamina A	vitamina C e Cálcio, Ferro
702,3	100g	28g	21g	225 mcg	43g, 354 mg, 5,4mg
<b>Semana 2</b>	<b>segunda-feira 08-06-26</b>	<b>terça-feira 09-06-26</b>	<b>quarta-feira 10-06-26</b>	<b>quinta-feira 11-06-26</b>	<b>sexta-feira 12-06-26</b>
<b>Café da Manhã</b> (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) <b>8h</b>	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
	<b>Intolerantes</b>				
	<b>lactose:</b> leite zero lactose/requeijão zero   <b>APLV:</b> bebida vegetal/margarina zero lactose   <b>Intolerantes ao glúten:</b> pão sem glúten				
<b>Almoço</b> (Todas as turmas) <b>11h</b>	Arroz e feijão moída ao molho de tomate batata em tiras assadas Legume/verdura	Arroz e feijão, coxa sobre coxa desossada refogada, Macarrão alho e óleo, Legume/verdura	Arroz, feijão, picadinho de carne cozida e refogado, purê de batata doce, legumes e salada.	arroz, feijão, carne moída refogada com legumes, bolinho de arroz, salada,	arroz, feijão, farofa de ovos com legumes, peito de frango grelhado em tiras, salada
	<b>Intolerantes</b>				
	SEM RESTRIÇÕES	<b>glúten/ovo:</b> macarrão sem glúten/ovo	<b>lactose:</b> utilizar leite zero lactose <b>APLV:</b> retirar antes de colocar leite	SEM RESTRIÇÕES	ovo/servir somente a farofa com legumes sem ovos
<b>Lanche da tarde I</b> (apenas Berçário II integral) <b>13h30</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Jantar</b> (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) <b>15h</b>	Macarrão com molho de carne moída e legumes	arroz, feijão, omelete de ovos de galinha, salada	sopa com carne de músculo, mandioca, legumes	carreteiro com carne bovina e legumes	sopa de feijão com carne moída, batata, macarrão parafuso e legumes
	<b>Intolerantes</b>				

	<b>Glúten/ovo:</b> macarrão sem glúten e ovo	<b>ovo: coxa sobrecoxa ao molho</b>	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	<b>Glúten/ovo:</b> macarrão sem glúten e ovo
<b>Lanche da tarde II</b> (Todas as turmas) <b>16h30</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Energia kcal</b>	<b>carboidrato</b>	<b>proteínas</b>	<b>Lipídio</b>	<b>Vitamina A</b>	<b>vitamina C e Cálcio,Ferro</b>
<b>702</b>	99,5g	27g	23g	253mcg	43mg,354mg,5mg
<b>Semana 3</b>	<b>segunda-feira 15-06-26</b>	<b>terça-feira 16-06-26</b>	<b>quarta-feira 17-06-26</b>	<b>quinta-feira 18-06-26</b>	<b>sexta-feira 19-06-26</b>
<b>Café da Manhã</b> (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) <b>8h</b>	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
<b>Intolerantes</b>					
<b>lactose:</b> leite zero lactose/requeijão zero   <b>APLV:</b> bebida vegetal/margarina zero lactose   <b>Intolerantes ao glúten:</b> pão sem glúten					
<b>Almoço</b> (Todas as turmas) <b>11h</b>	arroz,feijao,carne moída refogada,batata inglesa cozida,salada	arroz,feijão,peito de frango ao molho de tomate,macarrão cozido,salada.	Arroz e feijão ,Carne bovina refogada ,Purê de batata doce ,Legume/salada	Arroz,feijão,coxa sobre coxa assada com batata inglesa,legumes,salada,	Arroz,feijão,carne moída ao molho de tomate,polenta,legumes,salada.
<b>Intolerantes</b>					
	SEM RESTRIÇÕES	<b>Glúten/ovo:</b> macarrão sem glúten e ovo	Lactose: leite zero lactose no purê APLV: somente batata amassada	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES
<b>Lanche da tarde I</b> (apenas Berçário II integral) <b>14h</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Jantar</b> (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) <b>15h30</b>	escondidinho de batata com carne	risoto de peito de frango com legumes	polenta com carne bovina refogada	macarrão com molho de carne de frango	arroz,carne moída e legumes
<b>Intolerante</b>					
	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	<b>Glúten/ovo:</b> macarrão sem glúten/ovo	SEM RESTRIÇÕES
<b>Lanche da tarde II</b> (Todas as turmas) <b>16h30</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Energia kcal</b>	<b>carboidrato</b>	<b>proteínas</b>	<b>Lipídio</b>	<b>Vitamina A</b>	<b>vitamina C e Cálcio,Ferro</b>
<b>704</b>	98g	26g	22g	230mcg	43mg,350mg,5mg
<b>Semana 4</b>	<b>segunda-feira 22-06-26</b>	<b>terça-feira 23-06-26</b>	<b>quarta-feira 24-06-26</b>	<b>quinta-feira 25-06-26</b>	<b>sexta-feira 26-06-26</b>
<b>Café da Manhã</b> (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) <b>8h</b>	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
<b>Intolerantes</b>					
<b>lactose:</b> leite zero lactose/requeijão zero   <b>APLV:</b> bebida vegetal/margarina zero lactose   <b>Intolerantes ao glúten:</b> pão sem glúten					
<b>Almoço</b> (Todas as turmas) <b>11h</b>	Arroz e feijão ,Carne moída ,Polenta cozida ,Verdura/legume	Arroz e feijão coxa sobre coxa assada com batata inglesa e batata doce Verdura/legume	Arroz,feijão,estrogonofe de carne bovina,batata inglesa assada em tiras,salada	arroz,feijão,pure de abobora cabotia,carne moída refogada,salada.	arroz,feijão,batata doce assada,coxa sobre coxa refogada,salada.
<b>Intolerantes</b>					
	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	<b>Ovo/intolerantes ou alérgicos ao leite:</b> molho/leite zero lactose e APLV-sem molho <b>Glúten/ovo:</b> sem restrições	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES
<b>Lanche da tarde I</b> (apenas Berçário II integral) <b>14h</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Jantar</b> (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) <b>15h30</b>	Arroz com carne moída e legumes	macarrão com carne de frango ao molho vermelho	Carreteiro Verdura/legume	Arroz, feijão e omelete (com tomate e cebola)	Polenta com molho de tomate ao frango desfiado e legume
	SEM RESTRIÇÕES	<b>glúten/ovo:</b> macarrão sem glúten/ovo	SEM RESTRIÇÕES	ovo/servir carne no lugar do ovo	SEM RESTRIÇÕES

<b>Lanche da tarde II</b> (Todas as turmas) <b>16h30</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Energia kcal</b>	carboidrato	proteínas	Lipídio	Vitamina A	vitamina C e Cálcio,Ferro
<b>702</b>	98g	26g	22g	245mcg	40mg,352mg,5mg
<b>Semana 5</b>	<b>segunda-feira 29-06-26</b>	<b>terça-feira 30-06-26</b>	<b>quarta-feira 01-07-26</b>	<b>quinta-feira 02-07-26</b>	<b>sexta-feira 03-07-26</b>
<b>Café da Manhã</b> (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) <b>8h</b>	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
	<b>Intolerantes</b>				
	<b>lactose:</b> leite zero lactose/requeijão zero   <b>APLV:</b> bebida vegetal/margarina zero lactose   <b>Intolerantes ao glúten:</b> pão sem glúten				
<b>Almoço</b> (Todas as turmas) <b>10h30</b>	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 moída ao molho de tomate,batata inglesa refogada,verdura e legumes
	<b>Intolerantes</b>				
	SEM RESTRIÇÕES	<b>Glúten/ovo:</b> macarrão sem glúten/ovo	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES
<b>Lanche da tarde I</b> (apenas Berçário II integral) <b>13h30</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Jantar</b> (Berçário I) <b>15h</b>	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 integral,carne moída, legumes refogados
<b>Jantar</b> (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) <b>15h</b>	<b>Intolerantes</b>				
	<b>glúten/ovo:</b> macarrão sem glúten/ovo	<b>glúten:</b> pão sem glúten	glúten e ovo,macarrão sem glúten e	SEM RESTRIÇÕES	SEM RESTRIÇÕES
<b>Lanche da tarde II</b> (Todas as turmas) <b>16h30</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Energia kcal</b>	carboidrato	proteínas	Lipídio	Vitamina A	vitamina C e Cálcio,Ferro
<b>700</b>	<b>98g</b>	<b>26g</b>	<b>22g</b>	<b>238mcg</b>	<b>44mg,342mg,5mg</b>
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).					
<b>O cardápio foi elaborado com base na Resolução FNDE/PNAE 04/2026 e as leis vigentes da alimentação escolar.</b>					
<b>Cardápio sujeito a alterações. Elaborado e revisado pela nutricionista responsável técnica.</b>					
<b>As frutas,legumes e verduras são escolhidas conforme a época e a sazonalidade.</b>					