



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



1. CARDÁPIO MÊS DE SETEMBRO de 2024

CMEIs MARCO ANTÔNIO SCHIAVO e ESTAÇÃO DO APRENDER – Faixa etária: 12 a 48 meses
Programa Nacional Alimentação Escolar – PNAE

1º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 01	TERÇA-FEIRA 02	QUARTA-FEIRA 03	QUINTA-FEIRA 04	SEXTA-FEIRA 05
Café da manhã	Pão Integral com Melado Leite	Pão de Milho Com Geleia de Frutas Natural Orgânica Leite	Pão Integral Ovos Mexidos Chá	Pão de Milho com Melado Leite	Pão Integral com Queijo Chá
Almoço	Carne Bovina de Panela com Legumes Arroz Integral Feijão Salada de Folhas Salada Cozida	Carne de Frango Com Molho Arroz Feijão Purê de Batatas Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Bovina Moída Arroz Feijão Abobrinha Refogada Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela Arroz Feijão Farofa de Legumes Salada de Folhas	Carne Suína de Panela Arroz Lentilha Moranga Refogada Salada de Folhas
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Canjiquinha com Carne de Frango Salada	Sopa de Feijão com Legumes e Macarrão Integral	Galinhada Salada	Sopa de Legumes com Carne de Frango e Arroz	Purê de Batatas com Carne Moída em Molho Salada
2º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 08	TERÇA-FEIRA 09	QUARTA-FEIRA 10	QUINTA-FEIRA 11	SEXTA-FEIRA 12
Café da manhã	Pão Integral com Geleia de Frutas Natural Orgânica Leite	Pão de Beterraba Queijo Chá	Bolo Integral com Mascav Leite	Pão Integral com Geleia de Frutas Natural Orgânica Leite	Pão de Beterraba com Manteiga Leite
Almoço	Carne Moída Refogada Arroz Feijão Legumes refogados Salada de Folhas	Carne Suína de Panela Feijão Arroz integral Farofa de legumes Salada de Folhas Salada Cozida	Carne de Frango com Molho Batata doce assada Arroz Feijão Salada Cozida Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela Refogada Arroz Feijão Couve Flor Refogada Salada de Folhas	Carne Suína de Panela Arroz Feijão Abóbora Cabotiá Refogada Salada de Folhas
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Polenta com Carne de Frango com Molho Salada	Risoto Salada	Sopa de Lentilha com Carne Bovina e Arroz	Nhoque com Carne de Frango e Molho Salada	Sopa de Legumes com Carne Bovina e Macarrão
3º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 15	TERÇA-FEIRA 16	QUARTA-FEIRA 17	QUINTA-FEIRA 18	SEXTA-FEIRA 19
Café da manhã	Pão de Beterraba Queijo Chá	Omelete Pão Caseiro Leite	Pão de Cenoura com Manteiga Leite	Cuca Caseira Simples Leite	Pão Caseiro com Doce de Frutas Orgânico Leite
Almoço	Carne Suína de Panela	Carne de Frango	Carne Moída Refogada com	Carne de Bovina Com Molho	Carne Suína de Panela



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



	Arroz Feijão Moranga Refogada Salada de Folhas	Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Legumes Arroz Feijão Salada	Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Arroz Lentilha Farofa de Legumes Salada
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Canjiquinha com Carne de Frango Salada	Sopa de Legumes com Carne Bovina e Arroz	Risoto Salada	Sopa de Feijão com Legumes e Macarrão Integral	Polenta com Carne de Frango com Molho Salada
4º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 22	TERÇA-FEIRA 23	QUARTA-FEIRA 24	QUINTA-FEIRA 25	SEXTA-FEIRA 26
Café da manhã	Pão de Cenoura Queijo Chá	Bolo de Fubá Leite	Pão Integral com do Doce Frutas Orgânico Leite	Pão de Milho com Melado Chá	Pão Integral com Manteiga Leite
Almoço	Frango em Molho Arroz Feijão Farofa de Legumes Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela com Legumes Arroz Integral Feijão Abobora Cabotiá Refogada Salada de Folhas	Lasanha de Peito de Frango Arroz Feijão Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Bovina Moída em Molho Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Carne Suína Refogada Arroz Lentilha Batata Doce Assada Salada de Folhas
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Sopa de Legumes com Carne Bovina e Arroz	Polenta com Carne Moída e Molho Salada	Canjiquinha com Carne Suína Salada	Sopa de Lentilha com Carne Bovina, Legumes e Arroz	Macarronada com Carne Moída e Molho Salada
5º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 29	TERÇA-FEIRA 30			
Café da manhã	Ovos Mexidos Pão Integral Fruta	Pão de Beterraba com Melado Leite			
Almoço	Carne Bovina de Panela Legumes Refogados Arroz Feijão Salada de Folhas	Carne de Frango com Molho Arroz Feijão Purê de Batatas Salada de Folhas			
Lanche da tarde	Fruta	Fruta			
Jantar	Risoto Salada	Sopa de Lentilha com Carne Bovina e Macarrão			

° **SALADAS CRUAS** (alface, rúcula, acelga, repolho, couve, tomate);

° **SALADAS COZIDAS** (cenoura, beterraba, brócolis, couve-flor, chuchu, abobrinha...);

* Cardápio elaborado de acordo com a Resolução FNDE/PNAE 06/2020;

* Cardápio sujeito a alteração conforme disponibilidade dos produtos;



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



- * Cardápio não deve ser alterado sem autorização prévia do setor de Alimentação Escolar;
- ** Alimentos alergênicos ou não tolerados serão substituídos diante da apresentação de laudos.
- *** NÃO DEVE SER ACRESCENTADO AÇÚCAR NO CHÁ, SUCO OU LEITE.

Aline Regina Basse Matheus (Nutricionista RT PNAE – CRN 8/3079)

Sinais de fome



Chora e se inclina para frente quando a colher está próxima, segura a mão da pessoa que está oferecendo o alimento, demonstra interesse pelo alimento abrindo a boca.

Sinais de Sarciedade



Vira a cabeça e o corpo, perde interesse pelo alimento, empurra a mão de quem está oferecendo a comida, fecha a boca e chora.



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO MÊS DE SETEMBRO de 2024 – SEM LACTOSE
CMEIs MARCO ANTÔNIO SCHIAVO e ESTAÇÃO DO APRENDER – Faixa etária: 12 a 48 meses
Programa Nacional Alimentação Escolar – PNAE

1º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 01	TERÇA-FEIRA 02	QUARTA-FEIRA 03	QUINTA-FEIRA 04	SEXTA-FEIRA 05
Café da manhã	Pão Integral com Melado Leite (SEM LACTOSE)	Pão de Milho Com Geleia de Frutas Natural Orgânica Leite (SEM LACTOSE)	Pão Integral Ovos Mexidos Chá	Pão de Milho com Melado Leite (SEM LACTOSE)	Pão Integral Queijo (SEM LACTOSE) Chá
Almoço	Carne Bovina de Panela com Legumes Arroz Integral Feijão Salada de Folhas Salada Cozida	Carne de Frango Com Molho Arroz Feijão Purê de Batatas (SEM LACTOSE) Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Bovina Moida Arroz Feijão Abobrinha Refogada Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela Arroz Feijão Farofa de Legumes Salada de Folhas	Carne Suína de Panela Arroz Lentilha Moranga Refogada Salada de Folhas
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Canjiquinha com Carne de Frango Salada	Sopa de Feijão com Legumes e Macarrão Integral	Galinhada Salada	Sopa de Legumes com Carne de Frango e Arroz	Purê de Batatas (SEM LACTOSE) com Carne Moida em Molho Salada
2º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 08	TERÇA-FEIRA 09	QUARTA-FEIRA 10	QUINTA-FEIRA 11	SEXTA-FEIRA 12
Café da manhã	Pão Integral com Geleia de Frutas Natural Orgânica Leite (SEM LACTOSE)	Pão de Beterraba Queijo (SEM LACTOSE) Chá	Bolo Integral com Mascão Leite (SEM LACTOSE)	Pão Integral com Geleia de Frutas Natural Orgânica Leite (SEM LACTOSE)	Pão de Beterraba com Manteiga Leite (SEM LACTOSE)
Almoço	Carne Moída Refogada Arroz Feijão Legumes refogados Salada de Folhas	Carne Suína de Panela Feijão Arroz integral Farofa de legumes Salada de Folhas Salada Cozida	Carne de Frango com Molho Batata doce assada Arroz Feijão Salada Cozida Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela Refogada Arroz Feijão Couve Flor Refogada Salada de Folhas	Carne Suína de Panela Arroz Feijão Abóbora Cabotiá Refogada Salada de Folhas
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Polenta com Carne de Frango com Molho Salada	Risoto Salada	Sopa de Lentilha com Carne Bovina e Arroz	Nhoque de Batata (SEM LACTOSE) com Carne de Frango e Molho Salada	Sopa de Legumes com Carne Bovina e Macarrão
3º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 15	TERÇA-FEIRA 16	QUARTA-FEIRA 17	QUINTA-FEIRA 18	SEXTA-FEIRA 19
Café da manhã	Pão de Beterraba Queijo (SEM LACTOSE)	Omelete Pão Caseiro	Pão de Cenoura com Manteiga Leite (SEM LACTOSE)	Cuca Caseira Simples Leite (SEM LACTOSE)	Pão Caseiro com Doce de Frutas Orgânico



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



	Chá	Leite (SEM LACTOSE)			Leite (SEM LACTOSE)
Almoço	Carne Suína de Panela Arroz Feijão Moranga Refogada Salada de Folhas	Carne de Frango Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Carne Moída Refogada com Legumes Arroz Feijão Salada	Carne de Bovina Com Molho Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Carne Suína de Panela Arroz Lentilha Farofa de Legumes Salada
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Canjiquinha com Carne de Frango Salada	Sopa de Legumes com Carne Bovina e Arroz	Risoto Salada	Sopa de Feijão com Legumes e Macarrão Integral	Polenta com Carne de Frango com Molho Salada
4º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 22	TERÇA-FEIRA 23	QUARTA-FEIRA 24	QUINTA-FEIRA 25	SEXTA-FEIRA 26
Café da manhã	Pão de Cenoura Queijo (SEM LACTOSE) Chá	Bolo de Fubá Leite (SEM LACTOSE)	Pão Integral com do Doce Frutas Orgânico Leite (SEM LACTOSE)	Pão de Milho com Melado Chá	Pão Integral com Manteiga Leite (SEM LACTOSE)
Almoço	Frango em Molho Arroz Feijão Farofa de Legumes Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela com Legumes Arroz Integral Feijão Abobora Cabotiá Refogada Salada de Folhas	Lasanha de Peito de Frango Arroz Feijão Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Bovina Moída em Molho Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Carne Suína Refogada Arroz Lentilha Batata Doce Assada Salada de Folhas
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Sopa de Legumes com Carne Bovina e Arroz	Polenta com Carne Moída e Molho Salada	Canjiquinha com Carne Suína Salada	Sopa de Lentilha com Carne Bovina, Legumes e Arroz	Macarronada com Carne Moída e Molho Salada
5º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 29	TERÇA-FEIRA 30			
Café da manhã	Ovos Mexidos Pão Integral Fruta	Pão de Beterraba com Melado Leite (SEM LACTOSE)			
Almoço	Carne Bovina de Panela Legumes Refogados Arroz Feijão Salada de Folhas	Carne de Frango com Molho Arroz Feijão Purê de Batatas (SEM LACTOSE) Salada de Folhas			
Lanche da tarde	Fruta	Fruta			
Jantar	Risoto Salada	Sopa de Lentilha com Carne Bovina e Macarrão			



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



- ° **SALADAS CRUAS** (alface, rúcula, acelga, repolho, couve, tomate);
- ° **SALADAS COZIDAS** (cenoura, beterraba, brócolis, couve-flor, chuchu, abobrinha...);
- * Cardápio elaborado de acordo com a Resolução FNDE/PNAE 06/2020;
- * Cardápio sujeito a alteração conforme disponibilidade dos produtos;
- * Cardápio não deve ser alterado sem autorização prévia do setor de Alimentação Escolar;
- ** Alimentos alergênicos ou não tolerados serão substituídos diante da apresentação de laudos.**

***** NÃO DEVE SER ACRESCENTADO AÇÚCAR NO CHÁ, SUCO OU LEITE.**

Aline Regina Basse Matheus (Nutricionista RT PNAE – CRN 8/3079)



Chora e se inclina para frente quando a colher está próxima, segura a mão da pessoa que está oferecendo o alimento, demonstra interesse pelo alimento abrindo a boca .



Vira a cabeça e o corpo, perde interesse pelo alimento, empurra a mão de quem está oferecendo a comida, fecha a boca e chora.