



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



CARDÁPIO PARA O MÊS SETEMBRO DE 2025
ESCOLA PERÍODO INTEGRAL
Programa Nacional Alimentação Escolar - PNAE

1ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 01	TERÇA-FEIRA - 02	QUARTA-FEIRA - 03	QUINTA-FEIRA - 04
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO CESEIRO COM MELADO CAFÉ COM LEITE	OMELETE LEITE COM MASCAU	PÃO DE MILHO COM MELADO CAFÉ COM LEITE	PÃO INTEGRAL COM MELADO CAFÉ COM LEITE
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	CARNE BOVINA DE PANELA COM LEGUMES ARROZ INTEGRAL FEIJÃO SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA	CARNE DE FRANGO EM MOLHO ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATAS SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA	PANQUECA DE CARNE MOÍDA FEIJÃO ARROZ ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA DE PANELA ARROZ LENTILHA SALADA DE FOLHAS FAROFA DE LEGUMES
LANCHE DA TARDE	SOPA DE LENTILHA COM LEGUMES	BOLO INTEGRAL COM MASCAU CHÁ	MANDIOCADA COM CARNE SUÍNA SALADA	BOLACHA DE MILHO LEITE COM MASCAU
2ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 08	TERÇA-FEIRA - 09	QUARTA-FEIRA - 10	QUINTA-FEIRA - 11
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO INTEGRAL COM MELADO CAFÉ COM LEITE	PÃO DE BETERRABA COM MANTEIGA LEITE COM MASCAU	PÃO INTEGRAL COM DOCE DE FRUTAS ORGÂNICO CAFÉ COM LEITE	PÃO DE BETERRABA COM QUEIJO CHÁ
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	CARNE MOÍDA REFOGADA ARROZ FEIJÃO LEGUMES REFOGADOS SALADA	CARNE SUÍNA DE PANELA FEIJÃO ARROZ INTEGRAL FAROFA DE LEGUMES SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA	FRANGO EM MOLHO BATATA DOCE ASSADA ARROZ FEIJÃO SALADA COZIDA SALADA DE FOLHAS	STROGONOFE DE CARNE BOVINA ARROZ FEIJÃO COUVE-FLOR REFOGADA SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE	GALINHADA SALADA	SAGU FRUTA	CANJQUINHA COM CARNE MOÍDA SALADA	BOLO DE MILHO LEITE COM MASCAU
3ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 15	TERÇA-FEIRA - 16	QUARTA-FEIRA - 17	QUINTA-FEIRA - 18
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO DE BETERRABA COM MANTEIGA CAFÉ LEITE	OMELETE LEITE COM MASCAU	PÃO DE CENOURA COM MELADO CAFÉ COM LEITE	PÃO CASEIRO COM QUEIJO CHÁ
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	CARNE SUÍNA DE PANELA ARROZ FEIJÃO MORANGA REFOGADA SALADA DE FOLHAS	CARNE DE FRANGO ARROZ FEIJÃO LEGUMES REFOGADOS SALADA DE FOLHAS	PANQUECA DE CARNE MOÍDA FEIJÃO ARROZ INTEGRAL SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA EM MOLHO ARROZ FEIJÃO LEGUMES REFOGADOS SALADA FOLHAS E COZIDA



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

LANCHE DA TARDE	RISOTO SALADA	BOLO INTEGRAL VITAMINA DE FRUTAS	SOPA DE LENTILHA COM LEGUMES	IOGURTE COM GRANOLA FRUTA
4ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 22	TERÇA-FEIRA - 23	QUARTA-FEIRA - 24	QUINTA-FEIRA - 25
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO CASEIRO COM MELADO CAFÉ COM LEITE	PÃO DE MLHO COM DOCE DE FRUTAS ORGÂNICO CAFÉ COM LEITE	OVOS MEXIDOS PÃO DE MILHO CHÁ	PÃO DE BETERRABA COM MANTEIGA LEITE COM MASCAU
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	FRANGO EM MOLHO ARROZ FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA DE PANELA ARROZ INTEGRAL FEIJÃO ABÓBORA COBOTIÁ REFOGADDA SALADA DE FOLHAS	LASANHA PEITO DE FRANGO ARROZ FEIJÃO SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA MOÍDA EM MOLHO ARROZ FEIJÃO LEGUMES REFOGADOS SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE	SOPA DE LEGUMES COM CARNE BOVINA E ARROZ	CANJICA COM LEITE FRUTA	CANJQUINHA COM CARNE MOÍDA SALADA	BOLACHA CASEIRA CHÁ
4ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 29	TERÇA-FEIRA - 30		
CAFÉ DA MANHÃ	OVOS MEXIDOS PÃO INTEGRAL FRUTA	PÃO DE BETERRABA COM MANTEIGA CAFÉ COM LEITE		
LANCHE	FRUTA	FRUTA		
ALMOÇO	CARNE BOVINA DE PANELA COM LEGUMES ARROZ INTEGRAL FEIJÃO SALADA DE FOLHAS E COZIDA	FRANGO EM MOLHO ARROZ FEIJÃO LEGUMES REFOGADOS SALADA DE FOLHAS E COZIDA		
LANCHE DA TARDE	GALINHADA SALADA	BOLO DE AVEIA LEITE COM MASCAU		

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

◦ **SALADAS COZIDAS** (cenoura, beterraba, brócolis, couve-flor, chuchu);

* 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.**

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



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PARA O MÊS SETEMBRO DE 2025
ESCOLA PERÍODO INTEGRAL – SEM LACTOSE
Programa Nacional Alimentação Escolar – PNAE

1ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 01	TERÇA-FEIRA - 02	QUARTA-FEIRA - 03	QUINTA-FEIRA - 04
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO CESEIRO COM MELADO CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)	OMELETE LEITE COM MASCAU (SEM LACTOSE)	PÃO DE MILHO COM MELADO CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)	PÃO INTEGRAL COM MELADO CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	CARNE BOVINA DE PANELA COM LEGUMES ARROZ INTEGRAL FEIJÃO SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA	CARNE DE FRANGO EM MOLHO ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATAS (SEM LACTOSE) SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA	PANQUECA DE CARNE MOÍDA (SEM LACTOSE) FEIJÃO ARROZ ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA DE PANELA ARROZ LENTILHA SALADA DE FOLHAS FAROFA DE LEGUMES
LANCHE DA TARDE	SOPA DE LENTILHA COM LEGUMES	BOLO INTEGRAL COM MASCAU (SEM LACTOSE) CHÁ	MANDIOCADA COM CARNE SUÍNA SALADA	BOLACHA DE MILHO (SEM LACTOSE) LEITE COM MASCAU (SEM LACTOSE)
2ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 08	TERÇA-FEIRA - 09	QUARTA-FEIRA - 10	QUINTA-FEIRA - 11
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO INTEGRAL COM MELADO CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)	PÃO DE BETERRABA COM MANTEIGA LEITE COM MASCAU (SEM LACTOSE)	PÃO INTEGRAL COM DOCE DE FRUTAS ORGÂNICO CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)	PÃO DE BETERRABA COM QUEIJO (SEM LACTOSE) CHÁ
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
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	FRANGO EM MOLHO BATATA DOCE ASSADA ARROZ FEIJÃO SALADA COZIDA SALADA DE FOLHAS	STROGONOFÉ DE CARNE BOVINA (SEM LACTOSE) ARROZ FEIJÃO COUVE-FLORES REFOGADA SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE	GALINHADA SALADA	SAGU FRUTA	CANJIQUINHA COM CARNE MOÍDA SALADA	BOLO DE MILHO (SEM LACTOSE) LEITE COM MASCAU (SEM LACTOSE)
3ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 15	TERÇA-FEIRA - 16	QUARTA-FEIRA - 17	QUINTA-FEIRA - 18
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO DE BETERRABA COM MANTEIGA CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)	OMELETE LEITE COM MASCAU (SEM LACTOSE)	PÃO DE CENOURA COM MELADO CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)	PÃO CASEIRO QUEIJO (SEM LACTOSE) CHÁ



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

LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	CARNE SUÍNA DE PANELA ARROZ FEIJÃO MORANGA REFOGADA SALADA DE FOLHAS	CARNE DE FRANGO ARROZ FEIJÃO LEGUMES REFOGADOS SALADA DE FOLHAS	PANQUECA DE CARNE MOÍDA (SEM LACTOSE) FEIJÃO ARROZ INTEGRAL SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA EM MOLHO ARROZ FEIJÃO FAROFA DE LEGUMES SALADA FOLHAS E COZIDA
LANCHE DA TARDE	RISOTO SALADA	BOLO INTEGRAL (SEM LACTOSE) VITAMINA DE FRUTAS (SEM LACTOSE)	SOPA DE LENTILHA COM LEGUMES	IOGURTE COM GRANOLA (SEM LACTOSE) FRUTA
4ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 22	TERÇA-FEIRA - 23	QUARTA-FEIRA - 24	QUINTA-FEIRA - 25
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO CASEIRO COM MELADO CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)	PÃO DE MLHO COM DOCE DE FRUTAS ORGÂNICO CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)	OVOS MEXIDOS PÃO DE MILHO CHÁ	PÃO DE BETERRABA COM MANTEIGA LEITE COM MASCAU (SEM LACTOSE)
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	FRANGO EM MOLHO ARROZ FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA DE PANELA ARROZ INTEGRAL FEIJÃO ABÓBORA COBOTIÁ REFOGADDA SALADA DE FOLHAS	LASANHA PEITO DE FRANGO (SEM LACTOSE) ARROZ FEIJÃO SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA MOÍDA EM MOLHO ARROZ FEIJÃO LEGUMES REFOGADOS SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE	SOPA DE LEGUMES COM CARNE BOVINA E ARROZ	CANJICA COM LEITE (SEM LACTOSE) FRUTA	CANJIQUINHA COM CARNE MOÍDA SALADA	BOLACHA CASEIRA (SEM LACTOSE) CHÁ
4ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 29	TERÇA-FEIRA - 30		
CAFÉ DA MANHÃ	OVOS MEXIDOS PÃO INTEGRAL FRUTA CHÁ	PÃO DE BETERRABA COM MANTEIGA CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)		
LANCHE	FRUTA	FRUTA		
ALMOÇO	CARNE BOVINA DE PANELA COM LEGUMES ARROZ INTEGRAL FEIJÃO SALADA DE FOLHAS E COZIDA	FRANGO EM MOLHO ARROZ FEIJÃO LEGUMES REFOGADOS SALADA DE FOLHAS E COZIDA		
LANCHE DA TARDE	GALINHADA SALADA	BOLO DE AVEIA (SEM LACTOSE) LEITE COM MASCAU (SEM LACTOSE)		

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

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



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

- * 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.**

Aline Regina Basse Matheus (Nutricionista RT PN)