



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



CARDÁPIO PARA O MÊS OUTUBRO DE 2025
JORNADA AMPLIADA
Programa Nacional Alimentação Escolar – PNAE

1ª SEMANA DO MÊS			QUARTA-FEIRA - 01	QUINTA-FEIRA - 02
ALMOÇO			PANQUECA DE CARNE MOÍDA E LEGUMES FEIJÃO ARROZ SALADA DE FOLHAS	FRANGO COM MOLHO ARROZ FEIJÃO BATATA DOCE COZIDA SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE			MANDIOCADA COM CARNE SUÍNA	BOLO INTEGRAL COM MASCAU LEITE COM MASCAU
2ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 06	TERÇA-FEIRA - 07	QUARTA-FEIRA - 08	QUINTA-FEIRA - 09
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 E BATATA DOCE ASSADOS ARROZ FEIJÃO SALADA COZIDA SALADA DE FOLHAS	STROGONOFÉ DE CARNE BOVINA ARROZ FEIJÃO COUVE-FLORES REFOGADA SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE	GALINHADA SALADA	BOLACHA CASEIRA SUCO NATURAL DE MORANGO	NHOQUE DE BATATA COM CARNE MOÍDA	SAGU COM SUCO INTEGRAL DE UVA FRUTA
3ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 13	TERÇA-FEIRA - 14	QUARTA-FEIRA - 15	QUINTA-FEIRA - 16
ALMOÇO	CARNE SUÍNA DE PANELA ARROZ FEIJÃO ABÓBORA CABOTIÁ SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA EM MOLHO ARROZ FEIJÃO MORANGA REFOGADA SALADA FOLHAS	RECESSO	LASANHA DE PEITO DE FRANGO COM LEGUMES ARROZ FEIJÃO SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA
LANCHE DA TARDE	BISCOITO SALGADO INTEGRAL CHÁ	MACARRONADA COM CARNE MOÍDA SALADA		IOGURTE COM GRANOLA FRUTA
4ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 20	TERÇA-FEIRA - 21	QUARTA-FEIRA - 22	QUINTA-FEIRA - 23
ALMOÇO	FRANGO EM MOLHO ARROZ FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA DE PANELA ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FAROFA DE LEGUMES SALADA DE FOLHAS	CARNE SUÍNA ARROZ LENTILHA SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA	CARNE BOVINA MOÍDA EM MOLHO ARROZ FEIJÃO LEGUMES REFOGADOS SALADA DE FOLHAS



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



LANCHE DA TARDE	SOPA DE LEGUMES COM CARNE BOVINA E ARROZ	CANJICA COM LEITE FRUTA	MANDIOCADA COM CARNE BOVINA PICADA SALADA	BOLO DE FUBÁ SUCO NATURAL DE MORANGO
4ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 27	TERÇA-FEIRA - 28	QUARTA-FEIRA - 29	QUINTA-FEIRA - 30
ALMOÇO	CARNE BOVINA DE PANELA COM LEGUMES ARROZ INTEGRAL FEIJÃO SALADA DE FOLHAS E COZIDA	PANQUECA DE PEITO COM LEGUMES FEIJÃO ARROZ SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA DE PANELA COM LEGUMES ARROZ INTEGRAL MORANGA REFOGADA FEIJÃO SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA	CARNE DE FRANGO EM MOLHO ARROZ FEIJÃO BATATA DOCE REFOGADA SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA
LANCHE DA TARDE	MACARRONADA COM FRANGO SALADA	CUCA CASEIRA SIMPLES CHÁ	SOPA DE AGNOLINE COM LEGUMES	TORTA SALGADA COM LEGUMES SUCO NATURAL

° **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 Matheuss (Nutricionista RT PNAE – CRN 8/3079)



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



CARDÁPIO PARA O MÊS OUTUBRO DE 2025
JORNADA AMPLIADA- **SEM LACTOSE**
Programa Nacional Alimentação Escolar – PNAE

1ª SEMANA DO MÊS			QUARTA-FEIRA - 01	QUINTA-FEIRA - 02
ALMOÇO			PANQUECA (SEM LACTOSE) DE CARNE MOÍDA E LEGUMES FEIJÃO ARROZ SALADA DE FOLHAS	FRANGO COM MOLHO ARROZ FEIJÃO BATATA DOCE COZIDA SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE			MANDIOCADA COM CARNE SUÍNA	BOLO INTEGRAL (SEM LACTOSE) COM MASCAU LEITE (SEM LACTOSE) COM MASCAU
2ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 06	TERÇA-FEIRA - 07	QUARTA-FEIRA - 08	QUINTA-FEIRA - 09
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 E BATATA DOCE ASSADOS ARROZ FEIJÃO SALADA COZIDA SALADA DE FOLHAS	STROGONOFÉ (SEM LACTOSE) DE CARNE BOVINA ARROZ FEIJÃO COUVE-FLORES REFOGADA SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE	GALINHADA SALADA	BOLACHA CASEIRA (SEM LACTOSE) SUCO NATURAL DE MORANGO	NHOQUE DE BATATA (SEM LACTOSE) COM CARNE MOÍDA	SAGU COM SUCO INTEGRAL DE UVA FRUTA
3ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 13	TERÇA-FEIRA - 14	QUARTA-FEIRA - 15	QUINTA-FEIRA - 16
ALMOÇO	CARNE SUÍNA DE PANELA ARROZ FEIJÃO ABÓBORA CABOTIÁ SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA EM MOLHO ARROZ FEIJÃO MORANGA REFOGADA SALADA FOLHAS	RECESSO	LASANHA (SEM LACTOSE) DE PEITO DE FRANGO COM LEGUMES ARROZ FEIJÃO SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA
LANCHE DA TARDE	BISCOITO SALGADO INTEGRAL (SEM LACTOSE) CHÁ	MACARRONADA (SEM LACTOSE) COM CARNE MOÍDA SALADA		IOGURTE (SEM LACTOSE) COM GRANOLA FRUTA
4ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 20	TERÇA-FEIRA - 21	QUARTA-FEIRA - 22	QUINTA-FEIRA - 23
ALMOÇO	FRANGO EM MOLHO ARROZ FEIJÃO	CARNE BOVINA DE PANELA ARROZ INTEGRAL FEIJÃO	CARNE SUÍNA ARROZ LENTILHA	CARNE BOVINA MOÍDA EM MOLHO ARROZ FEIJÃO



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



	ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE FOLHAS	FAROFA DE LEGUMES SALADA DE FOLHAS	SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA	LEGUMES REFOGADOS SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE	SOPA DE LEGUMES COM CARNE BOVINA E ARROZ	CANJICA COM LEITE (SEM LACTOSE) FRUTA	MANDIOCADA COM CARNE BOVINA PICADA SALADA	BOLO DE FUBÁ (SEM LACTOSE) SUCO NATURAL DE MORANGO
4ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 27	TERÇA-FEIRA - 28	QUARTA-FEIRA - 29	QUINTA-FEIRA - 30
ALMOÇO	CARNE BOVINA DE PANELA COM LEGUMES ARROZ INTEGRAL FEIJÃO SALADA DE FOLHAS E COZIDA	PANQUECA (SEM LACTOSE) DE PEITO COM LEGUMES FEIJÃO ARROZ SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA DE PANELA COM LEGUMES ARROZ INTEGRAL MORANGA REFOGADA FEIJÃO SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA	CARNE DE FRANGO EM MOLHO ARROZ FEIJÃO BATATA DOCE REFOGADA SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA
LANCHE DA TARDE	MACARRONADA COM FRANGO SALADA	CUCA CASEIRA SIMPLES (SEM LACTOSE) CHÁ	SOPA DE AGNOLINE COM LEGUMES	TORTA SALGADA COM LEGUMES (SEM LACTOSE) SUCO NATURAL

° **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 Matheuss (Nutricionista RT PNAE – CRN 8/3079)