



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



CARDÁPIO MÊS DE OUTUBRO DE 2025
CMEIs MARCO ANTÔNIO SCHIAVO e ESTAÇÃO DO APRENDER – Faixa etária: 12 a 48 meses
Programa Nacional Alimentação Escolar – PNAE

1º SEMANA			QUARTA-FEIRA 01	QUINTA-FEIRA 02	SEXTA-FEIRA 02
Café da manhã			Pão de Beterraba Ovos Mexidos Chá	Pão Caseiro com Melado Leite	Pão de Beterraba Queijo Chá
Almoço			Carne Bovina Moída Arroz Feijão Batata Doce Salada de Folhas	Carne Suína de Panela Arroz Lentilha Moranga Refogada Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela Arroz Feijão Farofa de Legumes Salada de Folhas
Lanche da tarde			Fruta	Fruta	Fruta
Jantar			Galinhada Salada	Sopa de Legumes com Carne de Frango e Arroz	Mandiocada com Carne Bovina Salada
2º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 06	TERÇA-FEIRA 07	QUARTA-FEIRA 08	QUINTA-FEIRA 09	SEXTA-FEIRA 10
Café da manhã	Pão Caseiro com Geleia de Frutas Natural Orgânica Leite	Pão de Beterraba Queijo Chá	Bolo Integral com Mascavado Leite	Pão Integral com Geleia de Frutas Natural Orgânica Leite	Pão de Cenoura 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 de Batata com Carne de Frango e Molho Salada	Sopa de Legumes com Carne Bovina e Macarrão
3º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 13	TERÇA-FEIRA 14	QUARTA-FEIRA 15	QUINTA-FEIRA 16	SEXTA-FEIRA 17



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



Café da manhã	Pão Integral Queijo Chá	Omelete Pão Caseiro Leite	Pão de Beterraba com Manteiga Leite	Pão Caseiro com Melado Leite	Pão de Beterraba com Doce de Frutas Orgânico Leite
Almoço	Carne Suína de Panela Arroz Feijão Chuchu Refogado Salada de Folhas	Carne de Frango Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Carne Moída Refogada com Legumes Arroz Feijão Salada	Lasanha de Peito de Frango e Legumes Arroz Feijão Salada de Folhas Salada Cozida	Isclas de Fígado Bovino Arroz Lentilha Farofa de Legumes Salada
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Canjiquinha com Carne de Frango Salada	Sopa de Feijão com Legumes e Macarrão	Risoto Salada	Caldo de Mandioca com Legumes Salada	Polenta com Carne de Frango com Molho Salada
4º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 20	TERÇA-FEIRA 21	QUARTA-FEIRA 22	QUINTA-FEIRA 23	SEXTA-FEIRA 24
Café da manhã	Pão Caseiro Queijo Chá	Bolo de Fubá Leite	Pão Integral com do Doce Frutas Orgânico Leite	Pão de Milho com Melado Chá	Pão Integral com Manteiga Iogurte Natural com Frutas
Almoço	Frango em Molho Arroz Feijão Farofa de Legumes Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela com Legumes Arroz Integral Feijão Cabotia Refogada Salada de Folhas	Carne de Bovina Com Molho Arroz Feijão Moranga Refogada Salada de Folhas	Carne Bovina Moída em Molho Arroz Feijão Abobrinha Refogada Salada de Folhas	Carne Suína Refogada Arroz Lentilha Mandioca 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	Macarronada Integral com Carne Moída e Molho Salada	Canjiquinha com Carne Suína Salada	Galinhada Salada
5º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 27	TERÇA-FEIRA 28	QUARTA-FEIRA 29	QUINTA-FEIRA 30	SEXTA-FEIRA 31
Café da manhã	Ovos Mexidos Pão Integral Fruta	Pão de Cenoura com Melado Leite	Cuca Caseira Simples Leite	Pão Caseiro Com Geleia de Frutas Natural Orgânica Leite	Pão de Milho com Melado Chá
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	Carne Suína Arroz Integral Feijão Mandioca Salada de Folhas	Carne de Frango Com Molho Arroz Feijão Batata Doce Cozida Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Bovina Moída Arroz Feijão Moranga Refogada Salada de Folhas
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta



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



Jantar	Risoto Salada	Sopa de Lentilha com Carne Bovina	Canjiquinha com Carne de Frango Salada	Sopa de Agnoline com Legumes	Sopa de Feijão com Legumes
--------	------------------	--------------------------------------	--	---------------------------------	----------------------------

- ° **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 Matheuss (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 Saciidade



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 OUTUBRO DE 2025 – SEM LACTOSE
CMEIs MARCO ANTÔNIO SCHIAVO e ESTAÇÃO DO APRENDER – Faixa etária: 12 a 48 meses
Programa Nacional Alimentação Escolar – PNAE

1º SEMANA			QUARTA-FEIRA 01	QUINTA-FEIRA 02	SEXTA-FEIRA 02
Café da manhã			Pão de Beterraba (SEM LACTOSE) Ovos Mexidos Chá	Pão Caseiro (SEM LACTOSE) com Melado Leite (SEM LACTOSE)	Pão de Beterraba (SEM LACTOSE) Queijo (SEM LACTOSE) Chá
Almoço			Carne Bovina Moída Arroz Feijão Batata Doce Salada de Folhas	Carne Suína de Panela Arroz Lentilha Moranga Refogada Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela Arroz Feijão Farofa de Legumes Salada de Folhas
Lanche da tarde			Fruta	Fruta	Fruta
Jantar			Galinhada Salada	Sopa de Legumes com Carne de Frango e Arroz	Mandiocada com Carne Bovina Salada
2º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 06	TERÇA-FEIRA 07	QUARTA-FEIRA 08	QUINTA-FEIRA 09	SEXTA-FEIRA 10
Café da manhã	Pão Caseiro (SEM LACTOSE) com Geleia de Frutas Natural Orgânica Leite (SEM LACTOSE)	Pão de Beterraba (SEM LACTOSE) Queijo (SEM LACTOSE) Chá	Bolo Integral com Mascão (SEM LACTOSE) Leite (SEM LACTOSE)	Pão Integral (SEM LACTOSE) com Geleia de Frutas Natural Orgânica Leite (SEM LACTOSE)	Pão de Cenoura (SEM LACTOSE) 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 (SEM LACTOSE)



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



3º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 13	TERÇA-FEIRA 14	QUARTA-FEIRA 15	QUINTA-FEIRA 16	SEXTA-FEIRA 17
Café da manhã	Pão Integral (SEM LACTOSE) Queijo (SEM LACTOSE) Chá	Omelete Pão Caseiro (SEM LACTOSE) Leite (SEM LACTOSE)	Pão de Beterraba (SEM LACTOSE) Leite (SEM LACTOSE)	Pão Caseiro (SEM LACTOSE) com Melado Leite (SEM LACTOSE)	Pão de Beterraba (SEM LACTOSE) com Doce de Frutas Orgânico Leite (SEM LACTOSE)
Almoço	Carne Suína de Panela Arroz Feijão Chuchu Refogado Salada de Folhas	Lasanha de Peito de Frango e Legumes (SEM LACTOSE) Arroz Feijão Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Moída Refogada com Legumes Arroz Feijão Salada	Carne de Frango Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Isclas de Fígado Bovino Arroz Lentilha Farofa de Legumes Salada
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Canjiquinha com Carne de Frango Salada	Sopa de Feijão com Legumes e Macarrão (SEM LACTOSE)	Risoto Salada	Caldo de Mandioca com Legumes Salada	Polenta com Carne de Frango com Molho Salada
4º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 20	TERÇA-FEIRA 21	QUARTA-FEIRA 22	QUINTA-FEIRA 23	SEXTA-FEIRA 24
Café da manhã	Pão Caseiro (SEM LACTOSE) Queijo (SEM LACTOSE) Chá	Bolo de Fubá (SEM LACTOSE) Leite (SEM LACTOSE)	Pão Integral (SEM LACTOSE) com do Doce Frutas Orgânico Leite (SEM LACTOSE)	Pão de Milho (SEM LACTOSE) com Melado Chá	Pão Integral (SEM LACTOSE) com Manteiga Iogurte Natural com Frutas (SEM LACTOSE)
Almoço	Frango em Molho Arroz Feijão Farofa de Legumes Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela com Legumes Arroz Integral Feijão Cabotiá Refogada Salada de Folhas	Lasanha de Peito de Frango e Legumes Arroz Feijão Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Bovina Moída em Molho Arroz Feijão Abobrinha Refogada Salada de Folhas	Carne Suína Refogada Arroz Lentilha Mandioca 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	Macarronada Integral (SEM LACTOSE) com Carne Moída e Molho Salada	Canjiquinha com Carne Suína Salada	Galinhada Salada
5º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 27	TERÇA-FEIRA 28	QUARTA-FEIRA 29	QUINTA-FEIRA 30	SEXTA-FEIRA 31
Café da manhã	Ovos Mexidos Pão Integral (SEM LACTOSE) Chá	Pão de Cenoura (SEM LACTOSE) com Melado Leite (SEM LACTOSE)	Cuca Caseira Simples (SEM LACTOSE) Leite (SEM LACTOSE)	Pão Caseiro (SEM LACTOSE) Com Geleia de Frutas Natural Orgânica Leite (SEM LACTOSE)	Pão de Milho (SEM LACTOSE) Com Melado Chá
Almoço	Carne Bovina de Panela Legumes Refogados Arroz Feijão Salada de Folhas	Carne de Frango com Molho Arroz Feijão Purê de Batatas (SEM	Carne Suína Arroz Integral Feijão Mandioca Salada de Folhas	Carne de Frango Com Molho Arroz Feijão Batata Doce Cozida Salada de Folhas	Carne Bovina Moída Arroz Feijão Moranga Refogada Salada de Folhas



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



		LACTOSE) Salada de Folhas		Salada Cozida	
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Risoto Salada	Sopa de Lentilha com Carne Bovina	Canjiquinha com Carne de Frango Salada	Sopa de Agnoline com Legumes	Sopa de Feijão com Legumes

- ° **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 Matheuss (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.



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



CARDÁPIO MÊS DE OUTUBRO DE 2025 – **SEM GLÚTEN**
CMEIs MARCO ANTÔNIO SCHIAVO e ESTAÇÃO DO APRENDER – Faixa etária: 12 a 48 meses
Programa Nacional Alimentação Escolar – PNAE

1º SEMANA			QUARTA-FEIRA 01	QUINTA-FEIRA 02	SEXTA-FEIRA 02
Café da manhã			Pão sem Glúten Ovos Mexidos Chá	Pão sem Glúten Leite	Pão sem Glúten Queijo Chá
Almoço			Carne Bovina Moída Arroz Feijão Batata Doce Salada de Folhas	Carne Suína de Panela Arroz Lentilha Moranga Refogada Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela Arroz Feijão Farofa de Legumes Salada de Folhas
Lanche da tarde			Fruta	Fruta	Fruta
Jantar			Galinhada Salada	Sopa de Legumes com Carne de Frango e Arroz	Mandiocada com Carne Bovina Salada
2º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 06	TERÇA-FEIRA 07	QUARTA-FEIRA 08	QUINTA-FEIRA 09	SEXTA-FEIRA 10
Café da manhã	Pão sem Glúten com Geleia de Frutas Natural Orgânica Leite	Pão sem Glúten Queijo Chá	Pão sem Glúten Melado Leite	Pão sem Glúten com Geleia de Frutas Natural Orgânica Leite	Pão sem Glúten 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	Macarrão sem Glúten com Carne de Frango e Molho Salada	Sopa de Legumes com Carne Bovina e Macarrão Sem Glúten
3º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 13	TERÇA-FEIRA 14	QUARTA-FEIRA 15	QUINTA-FEIRA 16	SEXTA-FEIRA 17



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



Café da manhã	Pão sem Glúten Queijo Chá	Omelete Pão sem Glúten Leite	Pão sem Glúten com Manteiga Leite	Pão sem Glúten com Melado Leite	Pão sem Glúten com Doce de Frutas Orgânico Leite
Almoço	Carne Suína de Panela Arroz Feijão Chuchu Refogado Salada de Folhas	Carne de Frango Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Carne Moída Refogada com Legumes Arroz Feijão Salada	Lasanha de Peito de Frango e Legumes Arroz Feijão Salada de Folhas Salada Cozida	Isclas de Fígado Bovino Arroz Lentilha Farofa de Legumes Salada
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Canjiquinha com Carne de Frango Salada	Sopa de Feijão com Legumes e Macarrão Sem Glúten	Risoto Salada	Caldo de Mandioca com Legumes Salada	Polenta com Carne de Frango com Molho Salada
4º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 20	TERÇA-FEIRA 21	QUARTA-FEIRA 22	QUINTA-FEIRA 23	SEXTA-FEIRA 24
Café da manhã	Pão sem Glúten Queijo Chá	Pão sem Glúten com Manteiga Leite	Pão sem Glúten com do Doce Frutas Orgânico Leite	Pão sem Glúten com Melado Chá	Pão sem Glúten com Manteiga Iogurte Natural com Frutas
Almoço	Frango em Molho Arroz Feijão Farofa de Legumes Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela com Legumes Arroz Integral Feijão Cabotia Refogada Salada de Folhas	Carne de Bovina Com Molho Arroz Feijão Moranga Refogada Salada de Folhas	Carne Bovina Moída em Molho Arroz Feijão Abobrinha Refogada Salada de Folhas	Carne Suína Refogada Arroz Lentilha Mandioca 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	Macarronada (Macarrão sem Glúten) com Carne Moída e Molho Salada	Canjiquinha com Carne Suína Salada	Galinhada Salada
5º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 27	TERÇA-FEIRA 28	QUARTA-FEIRA 29	QUINTA-FEIRA 30	SEXTA-FEIRA 31
Café da manhã	Ovos Mexidos Pão sem Glúten Fruta	Pão sem Glúten com Melado Leite	Pão sem Glúten com Manteiga Leite	Pão sem Glúten com Geleia de Frutas Natural Orgânica Leite	Pão sem Glúten com Melado Chá
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	Carne Suína Arroz Integral Feijão Mandioca Salada de Folhas	Carne de Frango Com Molho Arroz Feijão Batata Doce Cozida Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Bovina Moída Arroz Feijão Moranga Refogada Salada de Folhas
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



Jantar	Risoto Salada	Sopa de Lentilha com Carne Bovina	Canjiquinha com Carne de Frango Salada	Sopa de Legumes	Sopa de Feijão com Legumes
--------	---------------	-----------------------------------	--	-----------------	----------------------------

- ° **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 Matheuss (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 Saciedade



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