SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ATALAIA-PR / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - Escola Sentido da Vida

PERÍODO – Matutino e Vespertino

FAIXA ETÁRIA – 0 a 15 anos (Infantil e Fundamental) / 15 a 83 anos (EJA).

SEMANA 1 - NOVEMBRO

	SEGUNDA 03/11/25	TERÇA 04/11/25	QUARTA 05/11/25	QUINTA 06/11/25	SEXTA 07/11/25
CAFÉ DA MANHÃ	-PÃO COM MANTEIGA				
(horário 7:40)	OU BOLACHA				
	-CHÁ MATE OU				
	LEITE COM CHOCOLATE				
ALMOÇO	-ARROZ E FEIJÃO	-MACARRÃO COM	-ARROZ E FEIJÃO	-ARROZ	-POLENTA COM
(horário 10:10)	-OVOS COZIDOS	MOLHO DE CARNE	-CARNE SUÍNA	-STROGONOFF DE	MOLHO DE CARNE
	- FAROFA DE LEGUMES	MOÍDA	-PURÊ DE CABOTIÁ	CARNE	MOÍDA
	- SALADA DE TOMATE	-FRANGO ASSADO	-SALADA DE COUVE	-BATATA ASSADA	-SALADA DE
	-FRUTA	-SALADA DE ALFACE	-FRUTA	-SALADA DE REPOLHO	BETERRABA
		-FRUTA		-FRUTA	-FRUTA
LANCHE DA TARDE 1	-PÃO COM MANTEIGA				
(horário 13:00)	OU BOLACHA				
	-CHÁ MATE OU				
	LEITE COM CHOCOLATE				
LANCHE DA TARDE 2	-BOLO DE CENOURA	-MACARRÃO COM	-TORTA DE FRANGO	ARROZ-DOCE	-POLENTA COM
(horário 15:30)	-LEITE COM	MOLHO DE CARNE	COM LEGUMES	-FRUTA	MOLHO DE CARNE
	CHOCOLATE	MOÍDA	-SUCO NATURAL		MOÍDA
	-FRUTA	-FRANGO ASSADO	-FRUTA		-SALADA DE
		-SALADA DE ALFACE			BETERRABA
		-FRUTA			-FRUTA

Observação: As preparações deste cardápio devem ser adaptadas para os alunos com intolerância à lactose, utilizando ingredientes zero lactose.

Angelica Novi Capelassi MUTRICONISTA POST SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ATALAIA-PR / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - Escola Sentido da Vida

PERÍODO – Matutino e Vespertino

FAIXA ETÁRIA – 0 a 15 anos (Infantil e Fundamental) / 15 a 83 anos (EJA).

SEMANA 2 - NOVEMBRO

	SEGUNDA 10/11/25	TERÇA 11/11/25	QUARTA 12/11/25	QUINTA 13/11/25	SEXTA 14/11/25
CAFÉ DA MANHÃ	-PÃO COM MANTEIGA				
(horário 7:40)	OU BOLACHA				
	-CHÁ MATE OU				
	LEITE COM CHOCOLATE				
ALMOÇO	-ARROZ E FEIJÃO	-ARROZ E FEIJÃO	-ARROZ E FEIJÃO	-SOPA DE CARNE COM	-GALINHADA
(horário 10:10)	-LINGUIÇA ASSADA	-CARNE DE PANELA	-CARNE SUÍNA	MACARRÃO E	-SALADA DE PEPINO
	-SALADA DE REPOLHO	COM MANDIOCA	-ABOBRINHA	LEGUMES	COM TOMATE
	COM TOMATE	-SALADA DE ALFACE	REFOGADA	-FRUTA	-FRUTA
	-FRUTA	-FRUTA	-SALADA DE COUVE		
			-FRUTA		
LANCHE DA TARDE 1	-PÃO COM MANTEIGA				
(horário 13:00)	OU BOLACHA				
	-CHÁ MATE OU				
	LEITE COM CHOCOLATE				
LANCHE DA TARDE 2	-PÃO COM LINGUIÇA	-BOLO DE CHOCOLATE	-TORTA DE CARNE	-SOPA DE CARNE COM	-IOGURTE NATURAL
(horário 15:30)	-SUCO NATURAL	-CHÁ MATE	COM LEGUMES	MACARRÃO E	BATIDO COM
	-FRUTA	-FRUTA	-SUCO NATURAL	LEGUMES	MORANGO
			-FRUTA	-FRUTA	-BOLACHA
					-FRUTA

Observação: As preparações deste cardápio devem ser adaptadas para os alunos com intolerância à lactose, utilizando ingredientes zero lactose.

Angélica Novi Capelassi Nutricionista CRN 7795 SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ATALAIA-PR / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE CARDÁPIO – Escola Sentido da Vida PERÍODO – Matutino e Vespertino

FAIXA ETÁRIA – 0 a 15 anos (Infantil e Fundamental) / 15 a 83 anos (EJA).

SEMANA 3 - NOVEMBRO

	SEGUNDA 17/11/25	TERÇA 18/11/25	QUARTA 19/11/25	QUINTA 20/11/25	SEXTA 21/11/25
CAFÉ DA MANHÃ	-PÃO COM MANTEIGA	-PÃO COM MANTEIGA	-PÃO COM MANTEIGA		
(horário 7:40)	OU BOLACHA	OU BOLACHA	OU BOLACHA	FERIADO	RECESSO
	-CHÁ MATE OU	-CHÁ MATE OU	-CHÁ MATE OU		
	LEITE COM CHOCOLATE	LEITE COM CHOCOLATE	LEITE COM CHOCOLATE		
ALMOÇO	-ARROZ E FEIJÃO	-MACARRÃO ALHO E	-ARROZ E FEIJÃO		
(horário 10:10)	- OVOS COZIDOS	ÓLEO	-CARNE DE PANELA		
	-FAROFA DE LEGUMES	-FRANGO AO MOLHO	COM BATATA		
	-SALADA DE	-SALADA DE REPOLHO	-SALADA DE PEPINO		
	BETERRABA	-FRUTA	-FRUTA		
	-FRUTA				
		-			
LANCHE DA TARDE 1	-PÃO COM MANTEIGA	-PÃO COM MANTEIGA	-PÃO COM MANTEIGA		
(horário 13:00)	OU BOLACHA	OU BOLACHA	OU BOLACHA		
	-CHÁ MATE OU	-CHÁ MATE OU	-CHÁ MATE OU		
	LEITE COM CHOCOLATE	LEITE COM CHOCOLATE	LEITE COM CHOCOLATE		
LANCHE DA TARDE 2	-BOLO DE FUBÁ	-MACARRÃO ALHO E	-QUIBE ASSADO		
(horário 15:30)	-LEITE COM	ÓLEO	-SUCO NATURAL		
	CHOCOLATE	-FRANGO AO MOLHO	-FRUTA		
	-FRUTA	-SALADA DE REPOLHO			
		-FRUTA			

Observação: As preparações deste cardápio devem ser adaptadas para os alunos com intolerância à lactose, utilizando ingredientes zero lactose.

Angelica Novi Capelassi MITRICIONISTA CON 7795 SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ATALAIA-PR / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE CARDÁPIO – Escola Sentido da Vida PERÍODO – Matutino e Vespertino

FAIXA ETÁRIA – 0 a 15 anos (Infantil e Fundamental) / 15 a 83 anos (EJA).

SEMANA 4 – NOVEMBRO

	SEGUNDA 24/11/25	TERÇA 25/11/25	QUARTA 26/11/25	QUINTA 27/11/25	SEXTA 28/11/25
CAFÉ DA MANHÃ	-PÃO COM MANTEIGA				
(horário 7:40)	OU BOLACHA				
	-CHÁ MATE OU				
	LEITE COM CHOCOLATE				
ALMOÇO	-SOPA DE CARNE COM	-GALINHADA	-ARROZ E FEIJÃO	-POLENTA	-ARROZ E FEIJÃO
(horário 10:10)	MACARRÃO E	-SALADA DE COUVE	-CARNE SUÍNA	-FRANGO AO MOLHO	-CARNE DE PANELA
	LEGUMES	COM TOMATE	-BATATA-DOCE ASSADA	-SALADA DE ALFACE	COM MANDIOCA
	-FRUTA	-FRUTA	-SALADA DE PEPINO	-FRUTA	-SALADA DE REPOLHO
			-FRUTA		-FRUTA
LANCHE DA TARDE 1	-PÃO COM MANTEIGA				
(horário 13:00)	OU BOLACHA				
	-CHÁ MATE OU				
	LEITE COM CHOCOLATE				
LANCHE DA TARDE 2	-SOPA DE CARNE COM	-BOLO DE LARANJA	-TORTA DE FRANGO	-POLENTA	-CANJICA
(horário 15:30)	MACARRÃO E	-CHÁ MATE	COM LEGUMES	-FRANGO AO MOLHO	-FRUTA
	LEGUMES	-FRUTA	-SUCO NATURAL	-SALADA DE ALFACE	
	-FRUTA		-FRUTA	-FRUTA	

Observação: As preparações deste cardápio devem ser adaptadas para os alunos com intolerância à lactose, utilizando ingredientes zero lactose.

Angélica Novi Capelass.

MJTRICIONISTA
CRN 7796