

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

CARDÁPIO – Escola Municipal Vânia Maria Simão

PERÍODO – Matutino (regular), vespertino (oficinas e contraturno)

FAIXA ETÁRIA – 6 a 10 anos (Ensino Fundamental)

**SEMANA 1 – JULHO**

	SEGUNDA 29/06/26	TERÇA 30/06/26	QUARTA 01/07/26	QUINTA 02/07/26	SEXTA 03/07/26
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> (horário 7:30)	-PÃO COM MANTEIGA -CHÁ MATE	-BOLACHA -LEITE COM CHOCOLATE	-PÃO COM MANTEIGA -CHÁ MATE	-BOLACHA -LEITE COM CHOCOLATE	-PÃO COM MANTEIGA -CHÁ MATE
<b>ALMOÇO</b> (horário 10:00)	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE DE PANELA COM MANDIOCA -SALADA DE ALFACE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -OMELETE - FAROFA DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA - SALADA DE TOMATE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -STROGONOFF DE CARNE -PURÊ DE BATATA -SALADA DE REPOLHO -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE SUÍNA -PURÊ DE CABOTIÁ -SALADA DE PEPINO -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE TOMATE -FRANGO ASSADO -SALADA DE ALFACE -FRUTA
<b>LANCHE</b> (horário 15:00)	-PIPOCA -CHÁ MATE -FRUTA	-PÃO COM CARNE MOÍDA -SUCO NATURAL	-PÃO DE QUEIJO -CHÁ MATE -FRUTA	-BOLO DE FUBÁ -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-TORTA DE FRANGO COM LEGUMES -SUCO NATURAL
Composição Nutricional (média semanal)		Energia (Kcal) 1119,05	CHO (g) 167	PTN (g) 39	LPD (g) 34

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

  
 Angélica  
 Angélica Novi Capelassi  
 NUTRICIONISTA  
 CRN 7795

Nutricionista Angélica Novi Capelassi, CRN/PR 7795

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

CARDÁPIO – Escola Municipal Vânia Maria Simão

PERÍODO – Matutino (regular), vespertino (oficinas e contraturno)

FAIXA ETÁRIA – 6 a 10 anos (Ensino Fundamental)

**SEMANA 2 - JULHO**

	SEGUNDA 06/07/26	TERÇA 07/07/26	QUARTA 08/07/26	QUINTA 09/07/26	SEXTA 10/07/26
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> (horário 7:30)	-PÃO COM MANTEIGA -CHÁ MATE	-BOLACHA -LEITE COM CHOCOLATE	RECESSO	RECESSO	RECESSO
<b>ALMOÇO</b> (horário 10:00)	-ARROZ E FEIJÃO -LINGUIÇA ASSADA -SALADA DE ALFACE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE SUÍNA -SALADA DE REPOLHO -FRUTA			
<b>LANCHE</b> (horário 15:00)	-BOLO DE CHOCOLATE -CHÁ MATE -FRUTA	-PIPOCA -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA			
Composição Nutricional (média semanal)	Energia (Kcal) 1110,08	CHO (g) 167	PTN (g) 36	LPD (g) 34	

**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

Nutricionista Angélica Novi Capelassi, CRN/PR 7795

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

CARDÁPIO – Escola Municipal Vânia Maria Simão

PERÍODO – Matutino (regular), vespertino (oficinas e contraturno)

FAIXA ETÁRIA – 6 a 10 anos (Ensino Fundamental)

**SEMANA 3 – JULHO**

	SEGUNDA 13/07/26	TERÇA 14/07/26	QUARTA 15/07/26	QUINTA 16/07/26	SEXTA 17/07/26
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> (horário 7:30)	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
<b>ALMOÇO</b> (horário 10:00)					
<b>LANCHE</b> (horário 15:00)					

**SEMANA 4 – JULHO**

	SEGUNDA 20/07/26	TERÇA 21/07/26	QUARTA 22/07/26	QUINTA 23/07/26	SEXTA 24/07/26
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> (horário 7:30)	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
<b>ALMOÇO</b> (horário 10:00)					
<b>LANCHE</b> (horário 15:00)					

  
Angélica Novi Capelassi.  
NUTRICIONISTA  
CRN 7795

Nutricionista Angélica Novi Capelassi, CRN/PR 7795

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

CARDÁPIO – Escola Municipal Vânia Maria Simão

PERÍODO – Matutino (regular), vespertino (oficinas e contraturno)

FAIXA ETÁRIA – 6 a 10 anos (Ensino Fundamental)

**SEMANA 5 – JULHO**

	SEGUNDA 27/07/26	TERÇA 28/07/26	QUARTA 29/07/26	QUINTA 30/07/26	SEXTA 31/07/26
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> (horário 7:30)	RECESSO	FERIADO	-PÃO COM MANTEIGA -CHÁ MATE	-BOLACHA -LEITE COM CHOCOLATE	-PÃO COM MANTEIGA -CHÁ MATE
<b>ALMOÇO</b> (horário 10:00)			-ARROZ E FEIJÃO -OMELETE - FAROFA DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA - SALADA DE TOMATE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE SUÍNA -BATATA-DOCE ASSADA -SALADA DE PEPINO -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA -SALADA DE ALFACE -FRUTA
<b>LANCHE</b> (horário 15:00)			-PÃO COM CARNE MOÍDA -SUCO NATURAL	-BOLO DE CENOURA -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-TORTA DE FRANGO COM LEGUMES -SUCO NATURAL
Composição Nutricional (média semanal)		Energia (Kcal) 1138,65	CHO (g) 175	PTN (g) 40	LPD (g) 32

**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

Nutricionista Angélica Novi Capelassi, CRN/PR 7795