

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 – SETEMBRO

	SEGUNDA 31/08/26	TERÇA 01/09/26	QUARTA 02/09/26	QUINTA 03/09/26	SEXTA 04/09/26
CAFÉ DA MANHÃ (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
ALMOÇO (horário 10:00)	-POLENTA -MOLHO DE CARNE MOÍDA -SALADA DE TOMATE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -OMELETE - FAROFA DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA - SALADA DE ALFACE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -STROGONOFF DE CARNE -PURÊ DE BATATA -SALADA DE REPOLHO -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE SUÍNA -MANDIOCA COZIDA -SALADA DE PEPINO -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE TOMATE -FRANGO ASSADO -SALADA DE ALFACE -FRUTA
LANCHE (horário 15:00)	-PIPOCA -CHÁ MATE -FRUTA	-PÃO COM CARNE MOÍDA -SUCO NATURAL	-PÃO DE QUEIJO -CHÁ MATE -FRUTA	-BOLO DE CHOCOLATE -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 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 - SETEMBRO

	SEGUNDA 07/09/26	TERÇA 08/09/26	QUARTA 09/09/26	QUINTA 10/09/26	SEXTA 11/09/26
CAFÉ DA MANHÃ (horário 7:30)	FERIADO	-BOLACHA -LEITE COM CHOCOLATE	-PÃO COM MANTEIGA -CHÁ MATE	-BOLACHA -LEITE COM CHOCOLATE	-PÃO COM MANTEIGA -CHÁ MATE
ALMOÇO (horário 10:00)		-ARROZ E FEIJÃO -LINGUIÇA ASSADA -SALADA DE REPOLHO -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE SUÍNA -SALADA DE BETERRABA -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -FRANGO AO MOLHO COM BATATA -SALADA DE PEPINO -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA -SALADA DE ALFACE -FRUTA
LANCHE (horário 15:00)		-PÃO CASEIRO COM MANTEIGA -CHÁ MATE -FRUTA	-TORTA DE CARNE COM LEGUMES -SUCO NATURAL	-PIPOCA -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-BOLO DE FUBÁ -CHÁ MATE -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
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 – SETEMBRO

	SEGUNDA 14/09/26	TERÇA 15/09/26	QUARTA 16/09/26	QUINTA 17/09/26	SEXTA 18/09/26
CAFÉ DA MANHÃ (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
ALMOÇO (horário 10:00)	-ARROZ E FEIJÃO - OMELETE -FAROFÁ DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA -SALADA DE ALFACE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -STROGONOFF DE CARNE -PURÊ DE BATATA -SALADA DE REPOLHO -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE TOMATE -FRANGO ASSADO -SALADA DE PEPINO -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE SUÍNA -CABOTIÁ REFOGADA -SALADA DE COUVE -FRUTA	-POLENTA COM MOLHO DE CARNE MOÍDA -SALADA DE TOMATE -FRUTA
LANCHE (horário 15:00)	-PÃO COM CARNE MOÍDA -SUCO NATURAL	-BOLO DE MESCLADO -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-PIPOCA -CHÁ MATE -FRUTA	-TORTA DE CARNE COM LEGUMES -SUCO NATURAL	-PÃO DE QUEIJO -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA
Composição Nutricional (média semanal)		Energia (Kcal) 1118,44	CHO (g) 170	PTN (g) 39	LPD (g) 32

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 4 – SETEMBRO

	SEGUNDA 21/09/26	TERÇA 22/09/26	QUARTA 23/09/26	QUINTA 24/09/26	SEXTA 25/09/26
CAFÉ DA MANHÃ (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
ALMOÇO (horário 10:00)	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE MOÍDA REFOGADA -SALADA DE BETERRABA -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -FRANGO ASSADO COM BATATA -SALADA DE REPOLHO -FRUTA	-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
LANCHE (horário 15:00)	-PÃO CASEIRO COM MANTEIGA -CHÁ MATE -FRUTA	-TORTA DE CARNE COM LEGUMES -SUCO NATURAL	-BOLO CHOCOLATE -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-PÃO COM CARNE MOÍDA -SUCO NATURAL	-PIPOCA -CHÁ MATE -FRUTA
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
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 – SETEMBRO

	SEGUNDA 28/09/26	TERÇA 29/09/26	QUARTA 30/09/26	QUINTA 01/10/26	SEXTA 02/10/26
CAFÉ DA MANHÃ (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
ALMOÇO (horário 10:00)	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE SUÍNA -SALADA DE REPOLHO COM TOMATE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -OVOS COZIDOS -FAROFA DE CARNE MOÍDA COM LEGUMES -SALADA DE ALFACE -FRUTA	-GALINHADA -FEIJÃO -SALADA DE ALFACE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE DE PANELA COM MANDIOCA -SALADA DE COUVE -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA -SALADA DE REPOLHO -FRUTA
LANCHE (horário 15:00)	-TORTA DE CARNE COM LEGUMES -SUCO NATURAL	-PIPOCA -CHÁ MATE -FRUTA	-PÃO COM CARNE MOÍDA -SUCO NATURAL	-PÃO DE QUEIJO -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-BOLO MESCLADO -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA
Composição Nutricional (média semanal)		Energia (Kcal) 1125,44	CHO (g) 172	PTN (g) 41	LPD (g) 29

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