

## 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 – MARÇO**

	SEGUNDA 03/03/25	TERÇA 04/03/25	QUARTA 05/03/25	QUINTA 06/03/25	SEXTA 07/03/25
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> (horário 7:30)	RECESSO	RECESSO	RECESSO	-BOLACHA -LEITE COM CHOCOLATE	-PÃO COM MANTEIGA -CHÁ MATE
<b>ALMOÇO</b> (horário 10:15)				-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 ALFACE -FRUTA
<b>LANCHE</b> (horário 15:00)				-GALINHADA -SALADA DE ALFACE -FRUTA	-TORTA DE CARNE COM LEGUMES -SUCO NATURAL -FRUTA
Composição Nutricional (média semanal)		Energia (Kcal) 1119,05	CHO (g) 167	PTN (g) 39	LPD (g) 34

  
 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 - MARÇO**

	SEGUNDA 10/03/25	TERÇA 11/03/25	QUARTA 12/03/25	QUINTA 13/03/25	SEXTA 14/03/25
<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 10:15)	-ARROZ E FEIJÃO -LINGUIÇA ASSADA -SALADA DE TOMATE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE DE PANELA COM MANDIOCA -SALADA DE ALFACE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE SUÍNA -SALADA DE COUVE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -FRANGO AO MOLHO COM BATATA -SALADA DE PEPINO -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA -SALADA DE REPOLHO -FRUTA
<b>LANCHE</b> (horário 15:00)	-PÃO COM CARNE MOÍDA -SUCO NATURAL -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE TOMATE -FRANGO ASSADO -SALADA DE REPOLHO -FRUTA	-POLENTA COM CARNE MOÍDA -SALADA DE ALFACE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -OMELETE - FAROFA DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA - SALADA DE TOMATE -FRUTA	-TORTA DE FRANGO COM LEGUMES -SUCO NATURAL -FRUTA
Composição Nutricional (média semanal)		Energia (Kcal) 1110,08	CHO (g) 167	PTN (g) 36	LPD (g) 34

  
 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 - MARÇO**

	SEGUNDA 17/03/25	TERÇA 18/03/25	QUARTA 19/03/25	QUINTA 20/03/25	SEXTA 21/03/25
<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 10:15)	-ARROZ E FEIJÃO - OVOS COZIDOS -FAROFÁ DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA -SALADA DE ALFACE -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE TOMATE -FRANGO ASSADO -SALADA DE REPOLHO -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE DE PANELA COM BATATA -SALADA DE PEPINO -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE SUÍNA -CABOTIÁ REFOGADA -SALADA DE COUVE -FRUTA	-POLENTA COM MOLHO DE CARNE MOÍDA -SALADA DE ALFACE -FRUTA
<b>LANCHE</b> (horário 15:00)	-GALINHADA -SALADA DE BETERRABA -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -STROGONOFF DE CARNE -PURÊ DE BATATA -SALADA DE REPOLHO -FRUTA	-TORTA DE FRANGO COM LEGUMES -SUCO NATURAL -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA -SALADA DE PEPINO -FRUTA	-PÃO COM CARNE MOÍDA -SUCO NATURAL -FRUTA
Composição Nutricional (média semanal)		Energia (Kcal) 1118,44	CHO (g) 170	PTN (g) 39	LPD (g) 32

  
 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 – MARÇO**

	SEGUNDA 24/03/25	TERÇA 25/03/25	QUARTA 26/03/25	QUINTA 27/03/25	SEXTA 28/03/25
<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 10:15)	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE MOÍDA REFOGADA -SALADA DE BETERRABA -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE DE PANELA COM MANDIOCA -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 TOMATE -FRANGO ASSADO -SALADA DE ALFACE -FRUTA
<b>LANCHE</b> (horário 15:00)	-MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA -SALADA DE PEPINO -FRUTA	-PÃO COM CARNE MOÍDA -SUCO NATURAL -FRUTA	-POLENTA -FRANGO AO MOLHO -SALADA DE ALFACE -FRUTA	-TORTA DE FRANGO COM LEGUMES -SUCO NATURAL -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -LINGUIÇA ASSADA -SALADA DE REPOLHO -FRUTA
Composição Nutricional (média semanal)		Energia (Kcal) 1138,65	CHO (g) 175	PTN (g) 40	LPD (g) 32

  
 Angélica Novi Capelassi  
 NUTRICIONISTA  
 CRN 7795

Nutricionista Angélica Novi Capelassi, CRN/PR 7795