

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 – DEZEMBRO

	SEGUNDA 01/12/25	TERÇA 02/12/25	QUARTA 03/12/25	QUINTA 04/12/25	SEXTA 05/12/25
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 DE PANELA COM BATATA -SALADA DE ALFACE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -OMELETE - FAROFÁ 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
LANCHE (horário 15:00)	-PIPOCA -CHÁ MATE -FRUTA	-TORTA DE FRANGO COM LEGUMES -SUCO NATURAL	-BOLACHA -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-BOLO DE FUBÁ -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-PÃO COM CARNE MOÍDA -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 - DEZEMBRO

	SEGUNDA 08/12/25	TERÇA 09/12/25	QUARTA 10/12/25	QUINTA 11/12/25	SEXTA 12/12/25
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 -LINGUIÇA ASSADA -SALADA DE TOMATE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE DE PANELA COM MANDIOCA -SALADA DE ALFACE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE SUÍNA -BATATA-DOCE ASSADA -SALADA DE BETERRABA -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -FRANGO AO MOLHO COM CENOURA -SALADA DE PEPINO -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA -SALADA DE REPOLHO -FRUTA
LANCHE (horário 15:00)	-PÃO COM CARNE MOÍDA -SUCO NATURAL	-BOLO DE CHOCOLATE -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-PIPOCA -CHÁ MATE -FRUTA	-TORTA DE CARNE COM LEGUMES -SUCO NATURAL	-BOLACHA -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 – DEZEMBRO

	SEGUNDA 15/12/25	TERÇA 16/12/25	QUARTA 17/12/25	QUINTA 18/12/25	SEXTA 19/12/25
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 COM MOLHO DE CARNE MOÍDA -SALADA DE BETERRABA -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -OMELETE - FAROFÁ DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA - SALADA DE TOMATE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -STROGONOFF DE FRANGO -SALADA DE REPOLHO -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE SUÍNA -MANDIOCA COZIDA -SALADA DE PEPINO -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA -SALADA DE ALFACE -FRUTA
LANCHE (horário 15:00)	-TORTA DE CARNE COM LEGUMES -SUCO NATURAL	-PÃO COM CARNE MOÍDA -SUCO NATURAL	-BOLO DE LARANJA -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-BOLACHA -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-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 Novi Capelassi,
NUTRICIONISTA
CRN 7795

Nutricionista Angélica Novi Capelassi, CRN/PR 7795