

## 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 – OUTUBRO**

|  | SEGUNDA 02/10/23  | TERÇA 03/10/23  | QUARTA 04/10/23   | QUINTA 05/10/23  | SEXTA 06/10/23  |
|--|---|---|---|--|---|
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b><br>(horário 7:30) | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE  | -BOLACHA<br>-LEITE COM<br>CHOCOLATE   | -PÃO COM REQUEIJÃO<br>-CHÁ MATE   | -BOLACHA<br>-LEITE COM<br>CHOCOLATE  | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE  |
| <b>ALMOÇO</b><br>(horário 10:15)       | -ARROZ E FEIJÃO<br>-CARNE DE PANELA<br>COM MANDIOCA<br>-SALADA DE REPOLHO<br>-FRUTA (LARANJA) | -ARROZ TEMPERADO<br>COM CARNE MOÍDA E<br>LEGUMES<br>-SALADA DE COUVE<br>-FRUTA (MAÇÃ) | -ARROZ E FEIJÃO<br>-OMELETE<br>- FAROFA DE LEGUMES<br>- SALADA DE TOMATE<br>-FRUTA (BANANA) | -ARROZ E FEIJÃO<br>-CARNE SUÍNA<br>-PURÊ DE CABOTIÁ<br>-SALADA DE PEPINO<br>-FRUTA (LARANJA) | -MACARRÃO<br>-FRANGO AO MOLHO<br>-SALADA DE ALFACE<br>-FRUTA (MELANCIA) |
| <b>LANCHE</b><br>(horário 15:00)       | -PÃO COM CARNE<br>MOÍDA<br>-SUCO NATURAL  | -TORTA DE FRANGO<br>COM LEGUMES<br>-SUCO NATURAL                                      | -BOLO DE LARANJA<br>-LEITE COM<br>CHOCOLATE   | -RISOTO DE FRANGO<br>-FRUTA (LARANJA)  | -PIPOCA<br>-CHÁ MATE  |

  
 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 - OUTUBRO**

|  | SEGUNDA 09/10/23  | TERÇA 10/10/23  | QUARTA 11/10/23  | QUINTA 12/10/23 | SEXTA 13/10/23 |
|--|---|---|--|-----------------|----------------|
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b><br>(horário 7:30) | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE  | -BOLACHA<br>-LEITE COM<br>CHOCOLATE   | -PÃO COM REQUEIJÃO<br>-CHÁ MATE  | FERIADO         | RECESSO        |
| <b>ALMOÇO</b><br>(horário 10:15)       | -ARROZ E FEIJÃO<br>-CARNE DE PANELA<br>COM BATATA E<br>CENOURA<br>-SALADA DE ALFACE<br>-FRUTA (LARANJA) | -MACARRÃO COM<br>MOLHO DE TOMATE<br>-FRANGO ASSADO<br>-SALADA DE REPOLHO<br>-FRUTA (MAÇÃ) | -ARROZ E FEIJÃO<br>- OVOS COZIDOS<br>- FAROFA DE<br>CALABRESA E LEGUMES<br>- SALADA DE PEPINO<br>-FRUTA (BANANA) |                 |                |
| <b>LANCHE</b><br>(horário 15:00)       | -PÃO COM CARNE<br>MOÍDA<br>-SUCO NATURAL  | -BOLO DE CENOURA<br>-LEITE COM<br>CHOCOLATE   | -TORTA DE CARNE<br>MOÍDA COM LEGUMES<br>-SUCO NATURAL  |                 |                |

  
 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 - OUTUBRO**

|  | SEGUNDA 16/10/23  | TERÇA 17/10/23  | QUARTA 18/10/23  | QUINTA 19/10/23  | SEXTA 20/10/23  |
|--|---|---|--|--|---|
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b><br>(horário 7:30) | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE  | -BOLACHA<br>-LEITE COM<br>CHOCOLATE   | -PÃO COM REQUEIJÃO<br>-CHÁ MATE  | -BOLACHA<br>-LEITE COM<br>CHOCOLATE  | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE  |
| <b>ALMOÇO</b><br>(horário 10:15)       | -ARROZ E FEIJÃO<br>-CARNE DE PANELA<br>COM MANDIOCA<br>-SALADA DE CENORA E<br>BETERRABA RALADAS<br>-FRUTA (LARANJA) | -ARROZ<br>-STROGONOFF DE<br>CARNE<br>-PURÊ DE BATATA<br>-SALADA DE REPOLHO<br>-FRUTA (MAÇÃ) | -ARROZ E FEIJÃO<br>-FRANGO AO MOLHO<br>COM BATATA<br>-SALADA DE ALFACE<br>-FRUTA (LARANJA) | -ARROZ E FEIJÃO<br>-LINGUIÇA ASSADA<br>-SALADA DE REPOLHO<br>COM TOMATE<br>-FRUTA (BANANA) | -MACARRÃO COM<br>MOLHO DE CARNE<br>MOÍDA<br>-SALADA DE COUVE<br>-FRUTA (MELANCIA) |
| <b>LANCHE</b><br>(horário 15:00)       | -PÃO COM CARNE<br>MOÍDA<br>-SUCO NATURAL  | -QUIBE ASSADO<br>-SUCO NATURAL  | -PIPOCA<br>-LEITE COM<br>CHOCOLATE   | -TORTA DE FRANGO<br>COM LEGUMES<br>-SUCO NATURAL   | -BOLO DE BANANA<br>COM AVEIA<br>-CHÁ MATE   |

*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 - OUTUBRO**

|  | SEGUNDA 23/10/23   | TERÇA 24/10/23   | QUARTA 25/10/23  | QUINTA 26/10/23   | SEXTA 27/10/23  |
|--|--|--|--|---|---|
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b><br>(horário 7:30) | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE   | -BOLACHA<br>-LEITE COM<br>CHOCOLATE  | -PÃO COM REQUEIJÃO<br>-CHÁ MATE  | -BOLACHA<br>-LEITE COM<br>CHOCOLATE   | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE  |
| <b>ALMOÇO</b><br>(horário 10:15)       | -ARROZ E FEIJÃO<br>-CARNE DE PANELA<br>COM BATATA<br>-SALADA DE ALFACE<br>-FRUTA (LARANJA) | -MACARRÃO COM<br>MOLHO DE TOMATE<br>-FRANGO ASSADO<br>-SALADA DE REPOLHO<br>COM CENOURA<br>-FRUTA (MAÇÃ) | -ARROZ E FEIJÃO<br>- OVOS COZIDOS<br>-SALADA DE<br>BETERRABA COZIDA<br>- SALADA DE TOMATE<br>-FRUTA (BANANA) | -ARROZ E FEIJÃO<br>-CARNE SUÍNA<br>-CABOTIÁ REFOGADA<br>-SALADA DE COUVE<br>COM TOMATE<br>-FRUTA (MAÇÃ) | -POLENTA COM<br>MOLHO DE CARNE<br>MOÍDA<br>-SALADA DE PEPINO<br>-FRUTA (BANANA) |
| <b>LANCHE</b><br>(horário 15:00)       | -PÃO COM CARNE<br>MOÍDA<br>-SUCO NATURAL   | -BOLO DE CHOCOLATE<br>-CHÁ MATE  | -ARROZ TEMPERADO<br>COM CARNE MOÍDA E<br>LEGUMES<br>-SALADA DE ALFACE  | -PIPOCA<br>-LEITE COM<br>CHOCOLATE  | -TORTA DE FRANGO<br>COM LEGUMES<br>-SUCO NATURAL                                |

  
 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 - OUTUBRO**

|  | SEGUNDA 30/10/23  | TERÇA 31/10/23  | QUARTA 01/11/23   | QUINTA 02/11/23 | SEXTA 03/11/23 |
|--|---|---|---|-----------------|----------------|
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b><br>(horário 7:30) | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE  | -BOLACHA<br>-LEITE COM<br>CHOCOLATE   | -PÃO COM REQUEIJÃO<br>-CHÁ MATE   | FERIADO         | RECESSO        |
| <b>ALMOÇO</b><br>(horário 10:15)       | -ARROZ E FEIJÃO<br>-CARNE DE PANELA<br>COM MANDIOCA<br>-SALADA DE REPOLHO<br>-FRUTA (LARANJA) | -ARROZ E FEIJÃO<br>-FRANGO AO MOLHO<br>COM BATATA<br>-SALADA DE ALFACE<br>-FRUTA (MAÇÃ) | -ARROZ E FEIJÃO<br>-OMELETE<br>- FAROFA DE LEGUMES<br>- SALADA DE TOMATE<br>-FRUTA (BANANA) |                 |                |
| <b>LANCHE</b><br>(horário 15:00)       | -PÃO COM CARNE<br>MOÍDA<br>-SUCO NATURAL  | -TORTA DE CARNE COM<br>LEGUMES<br>-SUCO NATURAL   | -BOLO DE FUBÁ<br>-LEITE COM<br>CHOCOLATE  |                 |                |

  
 Angélica Novi Capelassi  
 NUTRICIONISTA  
 CRN 7795

Nutricionista Angélica Novi Capelassi, CRN/PR 7795