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 – NOVEMBRO

	SEGUNDA 02/11/26	TERÇA 03/11/26	QUARTA 04/11/26	QUINTA 05/11/26	SEXTA 06/11/26
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 -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 CARNE MOÍDA -SALADA DE ALFACE -FRUTA
LANCHE (horário 15:00)		-PÃO CASEIRO COM MANTEIGA -CHÁ MATE -FRUTA	-PIPOCA -CHÁ MATE -FRUTA	-TORTA DE FRANGO COM LEGUMES -SUCO NATURAL	-BOLO DE CHOCOLATE -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA
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 - NOVEMBRO

	SEGUNDA 09/11/26	TERÇA 10/11/26	QUARTA 11/11/26	QUINTA 12/11/26	SEXTA 13/11/26
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 -LINGUIÇA ASSADA -SALADA DE REPOLHO -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE DE PANELA COM MANDIOCA -SALADA DE ALFACE -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE SUÍNA -SALADA DE BETERRABA -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -FRANGO AO MOLHO COM BATATA -SALADA DE PEPINO -FRUTA	-POLENTA -MOLHO DE CARNE MOÍDA -SALADA DE TOMATE -FRUTA
LANCHE (horário 15:00)	-PIPOCA -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-PÃO COM CARNE MOÍDA -SUCO NATURAL	-BOLO DE FUBÁ -CHÁ MATE -FRUTA	-PÃO DE QUEIJO -CHÁ MATE -FRUTA	-TORTA DE CARNE COM LEGUMES -SUCO NATURAL
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 Capelass.
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 – NOVEMBRO

	SEGUNDA 16/11/26	TERÇA 17/11/26	QUARTA 18/11/26	QUINTA 19/11/26	SEXTA 20/11/26
CAFÉ DA MANHÃ (horário 7:30)	-PÃO COM MANTEIGA -CHÁ MATE	-BOLACHA -LEITE COM CHOCOLATE	-PÃO COM MANTEIGA -CHÁ MATE	-BOLACHA -LEITE COM CHOCOLATE	FERIADO
ALMOÇO (horário 10:00)	-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 -FRANGO ASSADO -SALADA DE PEPINO COM CENOURA -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE SUÍNA -CABOTIÁ REFOGADA -SALADA DE COUVE -FRUTA	
LANCHE (horário 15:00)	-PÃO CASEIRO COM MANTEIGA -CHÁ MATE -FRUTA	-BOLO DE MESCLADO -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-PIPOCA -CHÁ MATE -FRUTA	-TORTA DE CARNE COM LEGUMES -SUCO NATURAL	
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 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 – NOVEMBRO

	SEGUNDA 23/11/26	TERÇA 24/11/26	QUARTA 25/11/26	QUINTA 26/11/26	SEXTA 27/11/26
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 AO MOLHO 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)	-BOLO CHOCOLATE -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-TORTA DE FRANGO COM LEGUMES -SUCO NATURAL	-PÃO DE QUEIJO -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 Novi Capelassi
NUTRICIONISTA
CRN 7795

Nutricionista Angélica Novi Capelassi, CRN/PR 7795