SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ATALAIA-PR / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO - Centro Municipal de Educação Infantil Espaço do Saber
PERÍODO – Matutino (regular), vespertino (oficinas e contraturno)
FAIXA ETÁRIA – 4 a 5 anos (Pré-escola)
**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** (7:30) | -FERIADO | -BOLACHA<br>-LEITE COM CHOCOLATE | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE | -BOLACHA<br>-LEITE COM CHOCOLATE | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE |
| **ALMOÇO** (9:30) | | -ARROZ E FEIJÃO<br>-OMELETE<br>- FAROFA DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA<br>- SALADA CRUA<br>-FRUTA | -ARROZ E FEIJÃO<br>-STROGONOFF DE CARNE<br>-PURÊ DE BATATA<br>-SALADA CRUA<br>-FRUTA | -ARROZ E FEIJÃO<br>-CARNE SUÍNA<br>-SALADA COZIDA SALADA CRUA<br>-FRUTA | -MACARRÃO COM MOLHO DE TOMATE<br>-FRANGO ASSADO<br>-SALADA CRUA<br>-FRUTA |
| **LANCHE 1** (12:00) | | FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA |
| **LANCHE 2** (15:00) | | -PÃO CASEIRO COM MANTEIGA<br>-LEITE COM CHOCOLATE | -SOPA DE CARNE COM LEGUMES | -BOLO DE CHOCOLATE<br>-LEITE COM CHOCOLATE | -POLENTA COM MOLHO DE CARNE MOÍDA<br>-SALADA COZIDA |
| Composição Nutricional (média semanal) | | Energia (Kcal)<br>954,21 | CHO (g)<br>148 | PTN (g)<br>35 | LPD (g)<br>26 |

**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 - Centro Municipal de Educação Infantil Espaço do Saber
PERÍODO – Matutino (regular), vespertino (oficinas e contraturno)
FAIXA ETÁRIA – 4 a 5 anos (Pré-escola)

**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** (7:30) | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE | -BOLACHA<br>-LEITE COM CHOCOLATE | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE | -BOLACHA<br>-LEITE COM CHOCOLATE | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE |
| **ALMOÇO** (9:30) | -POLENTA COM MOLHO DE CARNE MOÍDA<br>-SALADA CRUA<br>-SALADA COZIDA<br>-FRUTA | -ARROZ E FEIJÃO<br>-CARNE DE PANELA COM MANDIOCA<br>-SALADA CRUA<br>-FRUTA | -ARROZ E FEIJÃO<br>-CARNE SUÍNA<br>-SALADA CRUA<br>-SALADA COZIDA<br>-FRUTA | -ARROZ E FEIJÃO<br>-FRANGO ASSADO COM BATATA<br>-SALADA CRUA<br>-FRUTA | -MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA<br>-SALADA CRUA<br>-FRUTA |
| **LANCHE 1** (12:00) | FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA |
| **LANCHE 2** (15:00) | -BOLO DE FUBÁ<br>-CHÁ MATE | -PÃO DE QUEIJO<br>-LEITE COM CHOCOLATE | -MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA<br>-SALADA CRUA | -PIPOCA<br>-LEITE COM CHOCOLATE<br>-FRUTA | -POLENTA COM MOLHO DE FRANGO<br>-SALADA COZIDA |
| Composição Nutricional (média semanal) | | Energia (Kcal)<br>950,75 | CHO (g)<br>141 | PTN (g)<br>35 | LPD (g)<br>28 |

**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 - Centro Municipal de Educação Infantil Espaço do Saber
PERÍODO – Matutino (regular), vespertino (oficinas e contraturno)
FAIXA ETÁRIA – 4 a 5 anos (Pré-escola)
**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** (7:30) | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE | -BOLACHA<br>-LEITE COM CHOCOLATE | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE | -BOLACHA<br>-LEITE COM CHOCOLATE | FERIADO |
| **ALMOÇO** (9:30) | -ARROZ E FEIJÃO<br>- OMELETE<br>-FAROFA DE LEGUMES<br>-SALADA CRUA<br>-FRUTA | -ARROZ E FEIJÃO<br>-CARNE DE PANELA COM BATATA<br>-SALADA CRUA<br>-FRUTA | -MACARRÃO COM MOLHO DE TOMATE<br>-FRANGO ASSADO<br>-SALADA CRUA<br>-FRUTA | -ARROZ E FEIJÃO<br>-CARNE SUÍNA<br>-SALADA CRUA<br>-SALADA COZIDA<br>-FRUTA | |
| **LANCHE 1** (12:00) | FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA | |
| **LANCHE 2** (15:00) | -BOLO DE CENOURA<br>-LEITE COM CHOCOLATE | -PÃO CASEIRO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE | -POLENTA COM MOLHO DE CARNE MOÍDA<br>-SALADA COZIDA | -PÃO COM OVO MEXIDO<br>-SUCO NATURAL | |
| Composição Nutricional (média semanal) | | Energia (Kcal)<br>966,69 | CHO (g)<br>148 | PTN (g)<br>34 | LPD (g)<br>27 |

**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 - Centro Municipal de Educação Infantil Espaço do Saber
PERÍODO – Matutino (regular), vespertino (oficinas e contraturno)
FAIXA ETÁRIA – 4 a 5 anos (Pré-escola)
**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** (7:30) | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE | -BOLACHA<br>-LEITE COM CHOCOLATE | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE | -BOLACHA<br>-LEITE COM CHOCOLATE | -PÃO COM MANTEIGA<br>-CHÁ MATE |
| **ALMOÇO** (9:30) | -ARROZ E FEIJÃO<br>CARNE MOÍDA REFOGADA<br>-SALADA CRUA<br>-SALADA COZIDA<br>-FRUTA | -ARROZ E FEIJÃO<br>-OMELETE<br>- FAROFA DE LEGUMES<br>- SALADA CRUA<br>-FRUTA | -ARROZ E FEIJÃO<br>-CARNE SUÍNA<br>-SALADA CRUA<br>-SALADA COZIDA<br>-FRUTA | -ARROZ E FEIJÃO<br>-FRANGO ASSADO COM BATATA<br>-SALADA CRUA<br>-FRUTA | -MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA<br>-SALADA CRUA<br>-SALADA COZIDA<br>-FRUTA |
| **LANCHE 1** (12:00) | FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA |
| **LANCHE 2** (15:00) | -BOLO DE CHOCOLATE<br>-CHÁ MATE | -PÃO DE QUEIJO<br>-LEITE COM CHOCOLATE | -SOPA DE CARNE COM LEGUMES | -PIPOCA<br>-SUCO NATURAL<br>-FRUTA | -POLENTA COM MOLHO DE CARNE MOÍDA<br>-SALADA COZIDA |
| Composição Nutricional (média semanal) | | Energia (Kcal)<br>959,37 | CHO (g)<br>148 | PTN (g)<br>35 | LPD (g)<br>26 |

**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