

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 – FEVEREIRO**

	SEGUNDA 02/02/26	TERÇA 03/02/26	QUARTA 04/02/26	QUINTA 05/02/26	SEXTA 06/02/26
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> (horário 7:30)	ESTUDO E PLANEJAMENTO	ESTUDO E PLANEJAMENTO	ESTUDO E PLANEJAMENTO	-BOLACHA -LEITE COM CHOCOLATE	-PÃO COM MANTEIGA -CHÁ MATE
<b>ALMOÇO</b> (horário 10:00)				-ARROZ E FEIJÃO -STROGONOFF DE CARNE -PURÊ DE BATATA -SALADA DE REPOLHO -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE TOMATE -FRANGO ASSADO -SALADA DE ALFACE -FRUTA
<b>LANCHE</b> (horário 15:00)				-BOLO DE FUBÁ -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-TORTA DE FRANGO COM LEGUMES -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*  
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 - FEVEREIRO**

	SEGUNDA 09/02/26	TERÇA 10/02/26	QUARTA 11/02/26	QUINTA 12/02/26	SEXTA 13/02/26
<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 10:00)	-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 -SALADA DE BETERRABA -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	-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*  
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 – FEVEREIRO**

	SEGUNDA 16/02/26	TERÇA 17/02/26	QUARTA 18/02/26	QUINTA 19/02/26	SEXTA 20/02/26
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> (horário 7:30)	RECESSO	RECESSO	RECESSO	-BOLACHA -LEITE COM CHOCOLATE	-PÃO COM MANTEIGA -CHÁ MATE
<b>ALMOÇO</b> (horário 10:00)				-ARROZ E FEIJÃO - OMELETE -FAROFA DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA -SALADA DE REPOLHO -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE SUÍNA -CABOTIÁ REFOGADA -SALADA DE ALFACE -FRUTA
<b>LANCHE</b> (horário 15:00)				-PIPOCA -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-PÃO COM CARNE MOÍDA -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*  
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 4 – FEVEREIRO**

	SEGUNDA 23/02/26	TERÇA 24/02/26	QUARTA 25/02/26	QUINTA 26/02/26	SEXTA 27/02/26
<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 10:00)	-ARROZ E FEIJÃO -CARNE MOÍDA REFOGADA -SALADA DE BETERRABA -FRUTA	-ARROZ E FEIJÃO -FRANGO ASSADO 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
<b>LANCHE</b> (horário 15:00)	-PIPOCA -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-PÃO COM CARNE MOÍDA -SUCO NATURAL	-TORTA DE CARNE COM LEGUMES -SUCO NATURAL	-BOLACHA -LEITE COM CHOCOLATE -FRUTA	-BOLO DE CENOURA -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  
 Angélica Novi Capelassi  
 NUTRICIONISTA  
 CRN 7795

Nutricionista Angélica Novi Capelassi, CRN/PR 7795