



### CARDÁPIO PARA O MÊS NOVEMBRO DE 2025 ESCOLA PERÍODO INTEGRAL Programa Nacional Alimentação Escolar - PNAE

1ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 03	TERÇA-FEIRA - 04	QUARTA-FEIRA - 05	QUINTA-FEIRA - 06	SEXTA-FEIRA - 07
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO CESEIRO COM	OMELETE	PÃO DE MILHO COM	PÃO INTEGRAL COM MELADO	PÃO DE MILHO COM
	MELADO	LEITE COM MASCAU	MELADO	CAFÉ COM LEITE	GELEIA DE FRUTAS
	CAFÉ COM LEITE		CAFÉ COM LEITE		NATURAL ORGÂNICA
					CAFÉ LEITE
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	CARNE BOVINA DE PANELA	CARNE DE FRANGO EM	PANQUECA DE CARNE	CARNE BOVINA DE PANELA	CARNE SUÍNA DE PANELA
	COM LEGUMES	MOLHO	MOÍDA	ARROZ	ARROZ
	ARROZ INTEGRAL	ARROZ	FEIJÃO	FEIJÃO	LENTILHA
	FEIJÃO	FEIJÃO	ARROZ	BRÓCOLIS COZIDO	MORANGA REFOGADA
	SALADA DE FOLHAS	PURÊ DE BATATAS	ABOBRINHA REFOGADA	SALADA DE FOLHAS	SALADA DE FOLHAS
	SALADA COZIDA	SALADADE FOLHAS	SALADA DE FOLHAS	FAROFA DE LEGUMES	
		SALADA COZIDA			
LANCHE DA TARDE	SOPA DE LENTILHA COM	CUCA CASEIRA SIMPLES	MANDIOCADA COM	TORTA SALGADA COM	MACARRONADA COM
	LEGUMES	SUCO NATURAL DE	CARNE SUÍNA	LEGUMES	CARNE DE FRANGO
		MORANGO	SALADA	CHÁ GELADO	MOLHO
2ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA – 10	TERÇA-FEIRA - 11	QUARTA-FEIRA - 12	QUINTA-FEIRA - 13	SEXTA-FEIRA - 14
CAFÉ DA MANHÃ		PÃO INTEGRAL COM	PÃO CASEIRO COM DOCE	PÃO DE BETERRABA COM	PÃO CASEIRO COM
		MELADO	DE FRUTAS ORGÂNICO	QUEIJO	MANTEIGA
		CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CHÁ	LEITE COM MASCAU
LANCHE		FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO		CARNE MOÍDA REFOGADA	FRANGO E BATATA DOCE	STROGONOFE DE CARNE	CARNE BOVINA EM MOLHO
•		ARROZ	ASSADOS	BOVINA	ARROZ
	FERIADO	FEIJÃO	ARROZ	ARROZ	FEIJÃO
		LEGUMES REFOGADOS	FEIJÃO	FEIJÃO	ABÓBORA CABOTIÁ
		SALADA	SALADA COZIDA	SALADA DE FOLHAS	REFOGADA
			SALADA DE FOLHAS	SALADA COZIDA	SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE		GALINHADA	CANJIQUINHA COM	BOLACHA CASEIRA	NHOQUE DE BATATA
LANCHE DA TARDE		SALADA	CARNE MOÍDA	LEITE COM MASCAU	CARNE MOÍDA COM
		SALADA	SALADA	LETTE COM MASCAU	LEGUMES
			SALADA		SALADA
3ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA -17	TERÇA-FEIRA -18	QUARTA-FEIRA - 19	QUINTA-FEIRA – 20	SEXTA-FEIRA - 21
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO DE BETERRABA COM	OMELETE	PÃO DE CENOURA COM	VOINTA-FEIRA - 20	SEATA-FEIRA - 21
OH E DA MANIIA	MANTEIGA	LEITE COM MASCAU	MELADO		
	CAFÉ LEITE	LETTE COM MASCAO	CAFÉ COM LEITE		
			CHE COM LEHE		
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA		
ALMOÇO	CARNE SUÍNA DE PANELA	CARNE DE FRANGO	PANQUECA DE CARNE	FERIADO	RECESSO
3	ARROZ	ARROZ	MOÍDA		



	DIVISAO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR					
	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO		Programa Nacional de Alimentação Escolar	
	LEGUMES REFOGADOS	MORANGA REFOGADA	ARROZ INTEGRAL			
	SALADA DE FOLHAS	SALADA DE FOLHAS	SALADA DE FOLHAS			
LANCHE DA TARDE	CALDO DE MANDIOCA COM	BOLO INTEGRAL	SOPA DE FEIJÃO COM			
	CARNE BOVINA	VITAMINA DE FRUTAS	MACARRÃO			
	SALADA					
4ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 24	TERÇA-FEIRA - 25	QUARTA-FEIRA - 26	QUINTA-FEIRA - 27	SEXTA-FEIRA - 28	
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO DE CENOURA COM	PÃO CASEIRO COM DOCE	OVOS MEXIDOS	PÃO INTEGRAL COM	PÃO CASEIROCOM MELADO	
	MELADO	DE FRUTAS ORGÂNICO	PÃO DE MILHO	MANTEIGA	CHÁ	
	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CHÁ	LEITE COM MASCAU		
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	
ALMOÇO	FRANGO EM MOLHO	CARNE BOVINA DE	LASANHA PEITO DE	CARNE BOVINA MOÍDA EM	CARNE SUÍNA	
	ARROZ	PANELA	FRANGO	MOLHO	ARROZ	
	FEIJÃO	ARROZ INTEGRAL	ARROZ	ARROZ	LENTILHA	
	FAROFA DE LEGUMES	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	MANDIOCA COZIDA	
	SALADA DE FOLHAS	ABÓBORA COBOTIÁ	SALADA DE FOLHAS	ABOBRINHA REFOGADA	SALADA DE FOLHAS	
		REFOGADDA	SALADA COZIDA	SALADA DE FOLHAS		
		SALADA DE FOLHAS				
LANCHE DA TARDE	CANJIQUINHA COM CARNE	CANJICA COM LEITE	NHOQUE DE BATATA COM	BOLACHA CASEIRA	POLENTA COM CARNE DE	
	MOÍDA	FRUTA	CARNE MOÍDA	CHÁ	FRANGO E MOLHO	
			017.10.1		CALADA	
	SALADA		SALADA		SALADA	
	SALADA		SALADA		SALADA	

<sup>°</sup> SALADAS CRUAS (alface, rúcula, acelga, repolho, couve, tomate, pepino);

Aline Regina Basse Matheus (Nutricionista RT PNAE – CRN 8/3079)

<sup>°</sup> **SALADAS COZIDAS** (cenoura, beterraba, brócolis, couve-flor, chuchu);

<sup>\*</sup> Cardápio elaborado de acordo com a Resolução FNDE/PNAE 06/2020.

<sup>\*</sup> Cardápio sujeito a alteração conforme disponibilidade dos produtos.

<sup>\*</sup> Cardápio não deve ser alterado sem autorização prévia do setor de Alimentação Escolar.

<sup>\*\*</sup> Alimentos alergênicos ou não tolerados serão substituídos diante da apresentação de laudos.



# SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR CARDÁPIO PARA O MÊS NOVEMBRO DE 2025 ESCOLA PERÍODO INTEGRAL – SEM LACTOSE



Programa Nacional Alimentação Escolar - PNAE

1ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 03	TERÇA-FEIRA - 04	QUARTA-FEIRA - 05	QUINTA-FEIRA - 06	SEXTA-FEIRA - 07
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO CESEIRO COM MELADO CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)	OMELETE LEITE COM MASCAU (SEM LACTOSE)	PÃO DE MILHO COM MELADO CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)	PÃO INTEGRAL COM MELADO CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)	PÃO DE MILHO COM GELEIA DE FRUTAS NATURAL ORGÂNICA CAFÉ LEITE (SEM LACTOSE)
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	CARNE BOVINA DE PANELA COM LEGUMES ARROZ INTEGRAL FEIJÃO SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA	CARNE DE FRANGO EM MOLHO ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATAS (SEM LACTOSE) SALADADE FOLHAS SALADA COZIDA	PANQUECA DE CARNE MOÍDA (SEM LACTOSE) FEIJÃO ARROZ ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA DE PANELA ARROZ FEIJÃO BRÓCOLIS COZIDO SALADA DE FOLHAS FAROFA DE LEGUMES	CARNE SUÍNA DE PANELA ARROZ LENTILHA MORANGA REFOGADA SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE	SOPA DE LENTILHA COM LEGUMES	CUCA CASEIRA SIMPLES (SEM LACTOSE) SUCO NATURAL DE MORANGO	MANDIOCADA COM CARNE SUÍNA SALADA	TORTA SALGADA COM LEGUMES (SEM LACTOSE) CHÁ GELADO	MACARRONADA COM CARNE DE FRANGO MOLHO
2ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA – 10	TERÇA-FEIRA - 11	QUARTA-FEIRA - 12	QUINTA-FEIRA - 13	SEXTA-FEIRA - 14
CAFÉ DA MANHÃ		PÃO INTEGRAL COM MELADO CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)	PÃO CASEIRO COM DOCE DE FRUTAS ORGÂNICO CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)	PÃO DE BETERRABA (SEM LACTOSE) QUEIJO (SEM LACTOSE) CHÁ	PÃO CASEIRO (SEM LACTOSE) LEITE COM MASCAU (SEM LACTOSE)
LANCHE		FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	FERIADO	CARNE MOÍDA REFOGADA ARROZ FEIJÃO LEGUMES REFOGADOS SALADA	FRANGO E BATATA DOCE ASSADOS ARROZ FEIJÃO SALADA COZIDA SALADA DE FOLHAS	STROGONOFE DE CARNE BOVINA ARROZ FEIJÃO SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA	CARNE BOVINA EM MOLHO ARROZ FEIJÃO ABÓBORA CABOTIÁ REFOGADA SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE		GALINHADA SALADA	CANJIQUINHA COM CARNE MOÍDA SALADA	BOLACHA CASEIRA (SEM LACTOSE) LEITE COM MASCAU (SEM LACTOSE)	NHOQUE DE BATATA (SEM LACTOSE) CARNE MOÍDA COM LEGUMES SALADA
3ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA -17	TERÇA-FEIRA -18	QUARTA-FEIRA - 19	QUINTA-FEIRA – 20	SEXTA-FEIRA - 21
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO DE BETERRABA (SEM LACTOSE) CAFÉ LEITE (SEM LACTOSE)	OMELETE LEITE COM MASCAU (SEM LACTOSE)	PÃO DE CENOURA (SEM LACTOSE) MELADO CAFÉ COM LEITE (SEM		



			LACTOSE)		Programa Nacional de Alimentação Escolar
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA		
ALMOÇO	CARNE SUÍNA DE PANELA	CARNE DE FRANGO	PANQUECA DE CARNE	FERIADO	RECESSO
	ARROZ	ARROZ	MOÍDA (SEM LACTOSE)		
	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO		
	MORANGA REFOGADA	LEGUMES REFOGADOS	ARROZ INTEGRAL		
	SALADA DE FOLHAS	SALADA DE FOLHAS	SALADA DE FOLHAS		
LANCHE DA TARDE	CALDO DE MANDIOCA COM	BOLO INTEGRAL (SEM	SOPA DE FEIJÃO COM		
	CARNE BOVINA	LACTOSE)	MACARRÃO (SEM		
	SALADA	VITAMINA DE FRUTAS	LACTOSE)		
		(SEM LACTOSE)			
4ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 24	TERÇA-FEIRA - 25	QUARTA-FEIRA - 26	QUINTA-FEIRA - 27	SEXTA-FEIRA - 28
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO DE CENOURA (SEM	PÃO CASEIRO (SEM	OVOS MEXIDOS	PÃO INTEGRAL (SEM	PÃO CASEIRO (SEM
	LACTOSE) COM MELADO	LACTOSE) COM DOCE DE	PÃO DE MILHO (SEM	LACTOSE)	LACTOSE) COM MELADO
	CAFÉ COM LEITE (SEM	FRUTAS ORGÂNICO	LACTOSE)	LEITE COM MASCAU (SEM	CHÁ
	LACTOSE)	CAFÉ COM LEITE (SEM	CHÁ	LACTOSE)	
		LACTOSE)			
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	FRANGO EM MOLHO	CARNE BOVINA DE	LASANHA PEITO DE	CARNE BOVINA MOÍDA EM	CARNE SUÍNA
	ARROZ	PANELA	FRANGO (SEM LACTOSE)	MOLHO	ARROZ
	FEIJÃO	ARROZ INTEGRAL	ARROZ	ARROZ	LENTILHA
	ABOBRINHA REFOGADA	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	MANDIOCA COZIDA
	SALADA DE FOLHAS	ABÓBORA COBOTIÁ	SALADA DE FOLHAS	FAROFA DE LEGUMES	SALADA DE FOLHAS
		REFOGADDA	SALADA COZIDA	SALADA DE FOLHAS	
		SALADA DE FOLHAS			
LANCHE DA TARDE	CANJIQUINHA COM CARNE	CANJICA COM LEITE	NHOQUE DE BATATA (SEM	BOLACHA CASEIRA (SEM	POLENTA COM CARNE DE
	MOÍDA	FRUTA	LACTOSE) COM CARNE	LACTOSE)	FRANGO E MOLHO
	SALADA		MOÍDA	CHÁ	SALADA
			SALADA		
İ					

<sup>°</sup> **SALADAS CRUAS** (alface, rúcula, acelga, repolho, couve, tomate, pepino);

Aline Regina Basse Matheus (Nutricionista RT PNAE – CRN 8/3079)

<sup>°</sup> SALADAS COZIDAS (cenoura, beterraba, brócolis, couve-flor, chuchu);

<sup>\*</sup> Cardápio elaborado de acordo com a Resolução FNDE/PNAE 06/2020.

<sup>\*</sup> Cardápio sujeito a alteração conforme disponibilidade dos produtos.

<sup>\*</sup> Cardápio não deve ser alterado sem autorização prévia do setor de Alimentação Escolar.

<sup>\*\*</sup> Alimentos alergênicos ou não tolerados serão substituídos diante da apresentação de laudos.



### SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR CARDÁPIO PARA O MÊS NOVEMBRO DE 2025



ESCOLA PERÍODO INTEGRAL – <u>SEM GLÚTEN</u> Programa Nacional Alimentação Escolar – PNAE

1ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 03	TERÇA-FEIRA - 04	QUARTA-FEIRA - 05	QUINTA-FEIRA - 06	SEXTA-FEIRA - 07
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO SEM GLÚTEN COM MELADO CAFÉ COM LEITE	OMELETE LEITE COM MASCAU	PÃO SEM GLÚTEN COM MELADO CAFÉ COM LEITE	PÃO SEM GLÚTEN COM MELADO CAFÉ COM LEITE	PÃO SEM GLÚTEN COM GELEIA DE FRUTAS NATURAL ORGÂNICA CAFÉ LEITE
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	CARNE BOVINA DE PANELA COM LEGUMES ARROZ INTEGRAL FEIJÃO SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA	CARNE DE FRANGO EM MOLHO ARROZ FEIJÃO PURÊ DE BATATAS SALADADE FOLHAS SALADA COZIDA	PANQUECA DE CARNE MOÍDA FEIJÃO ARROZ ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA DE PANELA ARROZ FEIJÃO BRÓCOLIS COZIDO SALADA DE FOLHAS FAROFA DE LEGUMES	CARNE SUÍNA DE PANELA ARROZ LENTILHA MORANGA REFOGADA SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE	SOPA DE LENTILHA COM LEGUMES	PÃO SEM GLÚTEN COM MELADO SUCO NATURAL DE MORANGO	MANDIOCADA COM CARNE SUÍNA SALADA	BISCOITO SEM GLÚTEN CHÁ GELADO FRUTA	MACARRONADA (SEM GLÚTEN) COM CARNE DE FRANGO MOLHO
2ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA – 10	TERÇA-FEIRA - 11	QUARTA-FEIRA - 12	QUINTA-FEIRA - 13	SEXTA-FEIRA - 14
CAFÉ DA MANHÃ		PÃO SEM GLÚTEN COM MELADO CAFÉ COM LEITE	PÃO SEM GLÚTEN COM DOCE DE FRUTAS ORGÂNICO CAFÉ COM LEITE	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO CHÁ	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA LEITE COM MASCAU
LANCHE		FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	FERIADO	CARNE MOÍDA REFOGADA ARROZ FEIJÃO LEGUMES REFOGADOS SALADA	FRANGO E BATATA DOCE ASSADOS ARROZ FEIJÃO SALADA COZIDA SALADA DE FOLHAS	STROGONOFE DE CARNE BOVINA ARROZ FEIJÃO SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA	CARNE BOVINA EM MOLHO ARROZ FEIJÃO ABÓBORA CABOTIÁ REFOGADA SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE		GALINHADA SALADA	CANJIQUINHA COM CARNE MOÍDA SALADA	BISCOITO SEM GLÚTEN LEITE COM MASCAU	MACARRÃO SEM GLÚTEN CARNE MOÍDA COM LEGUMES SALADA
3ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA -17	TERÇA-FEIRA -18	QUARTA-FEIRA - 19	QUINTA-FEIRA – 20	SEXTA-FEIRA - 21
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA CAFÉ LEITE	OMELETE LEITE COM MASCAU	PÃO SEM GLÚTEN COM MELADO CAFÉ COM LEITE		
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA		
ALMOÇO	CARNE SUÍNA DE PANELA ARROZ FEJJÃO	CARNE DE FRANGO ARROZ FEIJÃO	CARNE MOÍDA FEIJÃO ARROZ INTEGRAL	FERIADO	RECESSO



Si Comment of the Com	DIVIDITO DE MEIMENTAÇÃO EGGGEMIN					
	MORANGA REFOGADA	LEGUMES REFOGADOS	SALADA DE FOLHAS		Programa Nacional de Alimentação Escolar	
	SALADA DE FOLHAS	SALADA DE FOLHAS				
LANCHE DA TARDE	CALDO DE MANDIOCA COM	PÃO SEM GLÚTENCOM	SOPA DE FEIJÃO COM			
	CARNE BOVINA	DOCE DE FRUTA	MACARRÃO SEM GLÚTEN			
	SALADA	ORGÂNICO				
		VITAMINA DE FRUTAS				
4ª SEMANA DO MÊS	SEGUNDA-FEIRA - 24	TERÇA-FEIRA - 25	QUARTA-FEIRA - 26	QUINTA-FEIRA - 27	SEXTA-FEIRA - 28	
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO SEM GLÚTEN COM	PÃO SEM GLÚTEN COM	OVOS MEXIDOS	PÃO SEM GLÚTEN COM	PÃO SEM GLÚTEN COM	
	MELADO	DOCE DE FRUTAS	PÃO SEM GLÚTEN	MANTEIGA	MELADO	
	CAFÉ COM LEITE	ORGÂNICO	CHÁ	LEITE COM MASCAU	CHÁ	
		CAFÉ COM LEITE				
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	
ALMOÇO	FRANGO EM MOLHO	CARNE BOVINA DE	PEITO DE FRANGO	CARNE BOVINA MOÍDA EM	CARNE SUÍNA	
	ARROZ	PANELA	ARROZ	MOLHO	ARROZ	
	FEIJÃO	ARROZ INTEGRAL	FEIJÃO	ARROZ	LENTILHA	
	ABOBRINHA REFOGADA	FEIJÃO	SALADA DE FOLHAS	FEIJÃO	MANDIOCA COZIDA	
	SALADA DE FOLHAS	ABÓBORA COBOTIÁ	SALADA COZIDA	FAROFA DE LEGUMES	SALADA DE FOLHAS	
		REFOGADDA		SALADA DE FOLHAS		
		SALADA DE FOLHAS				
LANCHE DA TARDE	CANJIQUINHA COM CARNE	CANJICA COM LEITE	MACARRÃO SEM GLÚTEN	BISCOITO SEM GLÚTEN	POLENTA COM CARNE DE	
	MOÍDA	FRUTA	COM CARNE MOÍDA	CHÁ	FRANGO E MOLHO	
	SALADA		SALADA		SALADA	

<sup>°</sup> SALADAS CRUAS (alface, rúcula, acelga, repolho, couve, tomate, pepino);

- \* Cardápio elaborado de acordo com a Resolução FNDE/PNAE 06/2020.
- \* Cardápio sujeito a alteração conforme disponibilidade dos produtos.
- \* Cardápio não deve ser alterado sem autorização prévia do setor de Alimentação Escolar.
- \*\* Alimentos alergênicos ou não tolerados serão substituídos diante da apresentação de laudos.

Aline Regina Basse Matheus (Nutricionista RT PNAE – CRN 8/3079)

<sup>°</sup> **SALADAS COZIDAS** (cenoura, beterraba, brócolis, couve-flor, chuchu);