



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



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 MELADO CAFÉ COM LEITE	OMELETE LEITE COM MASCAU	PÃO DE MILHO COM MELADO CAFÉ COM LEITE	PÃO INTEGRAL COM MELADO CAFÉ COM LEITE	PÃO DE MILHO 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 FAROFÁ DE LEGUMES	CARNE SUÍNA DE PANELA ARROZ LENTILHA MORANGA REFOGADA SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE	SOPA DE LENTILHA COM LEGUMES	CUCA CASEIRA SIMPLES SUCO NATURAL DE MORANGO	MANDIOCADA COM CARNE SUÍNA SALADA	TORTA SALGADA COM LEGUMES 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	PÃO CASEIRO COM DOCE DE FRUTAS ORGÂNICO CAFÉ COM LEITE	PÃO DE BETERRABA COM QUEIJO CHÁ	PÃO CASEIRO 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	STROGONOFÉ 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	CANJIQUEINHA COM CARNE MOÍDA SALADA	BOLACHA CASEIRA LEITE COM MASCAU	NHOQUE DE BATATA 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 COM MANTEIGA CAFÉ LEITE	OMELETE LEITE COM MASCAU	PÃO DE CENOURA COM MELADO CAFÉ COM LEITE		
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA		
ALMOÇO	CARNE SUÍNA DE PANELA ARROZ	CARNE DE FRANGO ARROZ	PANQUECA DE CARNE MOÍDA	FERIADO	RECESSO



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



	FEIJÃO LEGUMES REFOGADOS SALADA DE FOLHAS	FEIJÃO MORANGA REFOGADA SALADA DE FOLHAS	FEIJÃO ARROZ INTEGRAL SALADA DE FOLHAS		
LANCHE DA TARDE	CALDO DE MANDIOCA COM CARNE BOVINA SALADA	BOLO INTEGRAL VITAMINA DE FRUTAS	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO		
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 MELADO CAFÉ COM LEITE	PÃO CASEIRO COM DOCE DE FRUTAS ORGÂNICO CAFÉ COM LEITE	OVOS MEXIDOS PÃO DE MILHO CHÁ	PÃO INTEGRAL COM MANTEIGA LEITE COM MASCAU	PÃO CASEIROCOM MELADO CHÁ
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	FRANGO EM MOLHO ARROZ FEIJÃO FAROFA DE LEGUMES SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA DE PANELA ARROZ INTEGRAL FEIJÃO ABÓBORA COBOTIÁ REFOGADDA SALADA DE FOLHAS	LASANHA PEITO DE FRANGO ARROZ FEIJÃO SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA	CARNE BOVINA MOÍDA EM MOLHO ARROZ FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE FOLHAS	CARNE SUÍNA ARROZ LENTILHA MANDIOCA COZIDA SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE	CANJQUINHA COM CARNE MOÍDA SALADA	CANJICA COM LEITE FRUTA	NHOQUE DE BATATA COM CARNE MOÍDA SALADA	BOLACHA CASEIRA CHÁ	POLENTA COM CARNE DE FRANGO E MOLHO SALADA

° **SALADAS CRUAS** (alface, rúcula, acelga, repolho, couve, tomate, pepino);

° **SALADAS COZIDAS** (cenoura, beterraba, brócolis, couve-flor, chuchu);

* 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)



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) SALADA DE 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 FAROFÁ 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	STROGONOFÉ 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	CANJICUINHA 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)		



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



			LACTOSE)		
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA		
ALMOÇO	CARNE SUÍNA DE PANELA ARROZ FEIJÃO MORANGA REFOGADA SALADA DE FOLHAS	CARNE DE FRANGO ARROZ FEIJÃO LEGUMES REFOGADOS SALADA DE FOLHAS	PANQUECA DE CARNE MOÍDA (SEM LACTOSE) FEIJÃO ARROZ INTEGRAL SALADA DE FOLHAS	FERIADO	RECESSO
LANCHE DA TARDE	CALDO DE MANDIOCA COM CARNE BOVINA SALADA	BOLO INTEGRAL (SEM LACTOSE) VITAMINA DE FRUTAS (SEM LACTOSE)	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO (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 LACTOSE) COM MELADO CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)	PÃO CASEIRO (SEM LACTOSE) COM DOCE DE FRUTAS ORGÂNICO CAFÉ COM LEITE (SEM LACTOSE)	OVOS MEXIDOS PÃO DE MILHO (SEM LACTOSE) CHÁ	PÃO INTEGRAL (SEM LACTOSE) LEITE COM MASCAU (SEM LACTOSE)	PÃO CASEIRO (SEM LACTOSE) COM MELADO CHÁ
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	FRANGO EM MOLHO ARROZ FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA DE PANELA ARROZ INTEGRAL FEIJÃO ABÓBORA COBOTIÁ REFOGADDA SALADA DE FOLHAS	LASANHA PEITO DE FRANGO (SEM LACTOSE) ARROZ FEIJÃO SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA	CARNE BOVINA MOÍDA EM MOLHO ARROZ FEIJÃO FAROFA DE LEGUMES SALADA DE FOLHAS	CARNE SUÍNA ARROZ LENTILHA MANDIOCA COZIDA SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE	CANJQUINHA COM CARNE MOÍDA SALADA	CANJICA COM LEITE FRUTA	NHOQUE DE BATATA (SEM LACTOSE) COM CARNE MOÍDA SALADA	BOLACHA CASEIRA (SEM LACTOSE) CHÁ	POLENTA COM CARNE DE FRANGO E MOLHO SALADA

° **SALADAS CRUAS** (alface, rúcula, acelga, repolho, couve, tomate, pepino);

° **SALADAS COZIDAS** (cenoura, beterraba, brócolis, couve-flor, chuchu);

* 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)



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO PARA O MÊS NOVEMBRO DE 2025
ESCOLA PERÍODO INTEGRAL - SEM GLÚTEN
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 SALADA DE 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	STROGONOFÉ 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	CANJIQUEINHA 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 COM LEITE	OMELETE LEITE COM MASCAU	PÃO SEM GLÚTEN COM MELADO CAFÉ COM LEITE		
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA		
ALMOÇO	CARNE SUÍNA DE PANELA ARROZ FEIJÃO	CARNE DE FRANGO ARROZ FEIJÃO	CARNE MOÍDA FEIJÃO ARROZ INTEGRAL	FERIADO	RECESSO



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PLANALTO-PR
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



	MORANGA REFOGADA SALADA DE FOLHAS	LEGUMES REFOGADOS SALADA DE FOLHAS	SALADA DE FOLHAS		
LANCHE DA TARDE	CALDO DE MANDIOCA COM CARNE BOVINA SALADA	PÃO SEM GLÚTEN COM DOCE DE FRUTA ORGÂNICO VITAMINA DE FRUTAS	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM GLÚTEN		
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 MELADO CAFÉ COM LEITE	PÃO SEM GLÚTEN COM DOCE DE FRUTAS ORGÂNICO CAFÉ COM LEITE	OVOS MEXIDOS PÃO SEM GLÚTEN CHÁ	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA LEITE COM MASCAU	PÃO SEM GLÚTEN COM MELADO CHÁ
LANCHE	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	FRANGO EM MOLHO ARROZ FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE FOLHAS	CARNE BOVINA DE PANELA ARROZ INTEGRAL FEIJÃO ABÓBORA COBOTIÁ REFOGADA SALADA DE FOLHAS	PEITO DE FRANGO ARROZ FEIJÃO SALADA DE FOLHAS SALADA COZIDA	CARNE BOVINA MOÍDA EM MOLHO ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE LEGUMES SALADA DE FOLHAS	CARNE SUÍNA ARROZ LENTILHA MANDIOCA COZIDA SALADA DE FOLHAS
LANCHE DA TARDE	CANJICINHA COM CARNE MOÍDA SALADA	CANJICA COM LEITE FRUTA	MACARRÃO SEM GLÚTEN COM CARNE MOÍDA SALADA	BISCOITO SEM GLÚTEN CHÁ	POLENTA COM CARNE DE FRANGO E MOLHO SALADA

° **SALADAS CRUAS** (alface, rúcula, acelga, repolho, couve, tomate, pepino);

° **SALADAS COZIDAS** (cenoura, beterraba, brócolis, couve-flor, chuchu);

* 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)