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

OUTUBRO E NOVEMBRO 2026

ORIENTAÇÕES REFERENTES AO CARDÁPIO

* 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.
* Não deve ser acrescentado açúcar nos sucos, chás, leite ou extrato vegetal.
* De acordo com as orientações, evitem o uso excessivo de sal nas preparações e priorizem temperos naturais.
*Observações: Açúcares só é permitido para crianças maiores de 02 anos, respeitando o cardápio.

****Consistência dos alimentos aos 6 meses -** Os alimentos devem ficar separados e bem amassados com garfo, e não devem ser liquidificados nem peneirados. As carnes devem ser bem cozidas e oferecidas em pedaços pequenos (picados ou desfiados). Alimentos crus, como frutas e alguns legumes, podem ser raspados ou amassados.
****Consistência dos alimentos entre 7 e 8 meses -** Ofereça alimentos menos amassados do que antes ou bem picados, de acordo com a aceitação da criança.
****Consistência dos alimentos ente 9 e 11 meses –** A criança já pode receber alimentos picados. As carnes podem ser desfiadas. Observar sempre a aceitação da criança.

- **Saladas cruas disponíveis no cardápio:** alface, rúcula, acelga, repolho, couve-manteiga, tomate, pepino, cenoura, beterraba.
- **Saladas Cozidas disponíveis no cardápio:** beterraba, brócolis, couve-flor, chuchu, abobrinha.
- **Frutas disponíveis no cardápio:** abacaxi, banana, melão, mamão, maçã, melancia, morango, pera, tangerina, laranja.

* As saladas e as frutas variam conforme a disponibilidade dos produtores rurais e devido a sazonalidade.

**** Alimentos alergênicos ou não tolerados serão substituídos diante da apresentação de laudos.**

Aline Regina Basse Matheuss (Nutricionista RT PNAE – CRN 8/3079)
Giovana Eduarda Arruda (Diretora de Departamento da Alimentação Escolar)

PLANALTO/2026



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

Cardápio para os meses de OUTUBRO e NOVEMBRO de 2026
CMEIs MARCO ANTÔNIO SCHIAVO e ESTAÇÃO DO APRENDER – Faixa etária: 12 a 48 meses
Programa Nacional Alimentação Escolar – PNAE

1º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Café da manhã	Pão de Milho com Geleia de Frutas Orgânica Chá sem Açúcar	Pão Integral com Melado Leite	Pão de Beterraba Queijo Chá sem Açúcar	Omelete Pão Integral Leite	Pão de Beterraba com Manteiga Vitamina de Leite com Banana sem Açúcar
Almoço	Frango em Molho Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Carne Moída Refogada com Legumes Arroz Feijão Abobrinha refogada Salada de folhas	Carne Suína de Panela Lentilha Arroz Farofa de legumes Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela Arroz Integral Feijão Moranga Refogada Salada de Folhas Salada Cozida	Frango Assado Arroz Feijão Batata Doce Cozida Salada de Folhas Salada Cozida
Lanche da tarde 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Purê de Batatas Carne Moída em Molho com Legumes Salada	Sopa de legumes com Carne de Frango e Arroz	Mandiocada com Carne Bovina Salada	Sopa do Feijão com Legumes	Macarronada de Espinafre com Carne Moída Salada
Lanche da tarde 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
2º SEMANA	**SEGUNDA-FEIRA**	**TERÇA-FEIRA**	**QUARTA-FEIRA**	**QUINTA-FEIRA**	**SEXTA-FEIRA**
Café da manhã	Pão Integral com Melado Leite	Pão de Cenoura Queijo Chá sem Açúcar	Ovos Mexidos Pão de Milho Leite Sem Açúcar	Pão de Milho com Geleia de Frutas Orgânica Leite sem Açúcar	Pão de Cenoura com Manteiga Chá sem Açúcar
Almoço	Carne Moída Refogada com Legumes Arroz Feijão Salada Cozida Salada de Folhas	Carne Suína de Panela Arroz Integral Feijão Batata Doce Assada Salada de folhas	Iscas de Fígado Arroz Feijão Purê de Abóbora Cabotiá Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Bovina de Panela Refogada com Legumes Arroz Feijão Abobrinha refogada Salada de folhas	Frango em Molho Arroz Lentilha Legumes Refogados Salada cozida Salada de folhas
Lanche da tarde 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Polenta com Carne de Frango em molho Salada	Sopa de Lentilha com Carne Bovina e Legumes	Caldo de Mandioca Salada	Sopa de Legumes com Macarrão	Risoto de Moela Salada de Folhas
Lanche da tarde 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

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

3º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Café da manhã	Pão de Milho com Melado Leite	Omelete Pão Caseiro Chá sem Açúcar	Pão Caseiro com Geleia de Frutas Orgânica Leite	Pão de Beterraba Leite	Pão de Milho com Manteiga Vitamina de Frutas com Leite Sem Açúcar
Almoço	Carne Suína de Panela Arroz Lentilha Farofa de Legumes Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Moída Refogada com Legumes Arroz Feijão Moranga Refogada Salada de Folhas	Frango em Molho Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Lasanha de Peito de Frango Arroz Integral Feijão Salada Cozida Salada de Folhas	Carne Bovina em Molho Feijão Arroz Salada de folhas Salada Cozida
Lanche da tarde 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Canjiquinha com Carne de Frango Salada	Sopa de Agnoline com Legumes	Nhoque de Abóbora com Carne Moída Salada	Purê de Batatas com Carne Moída em Molho Salada	Macarronada Integral com Carne de Frango Salada
Lanche da tarde 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
4º SEMANA	**SEGUNDA-FEIRA**	**TERÇA-FEIRA**	**QUARTA-FEIRA**	**QUINTA-FEIRA**	**SEXTA-FEIRA**
Café da manhã	Pão de Beterraba com Geleia de Frutas Orgânica Leite	Pão Caseiro Queijo Chá sem Açúcar	Pão de Milho com Geleia de Frutas Orgânica Leite	Pão de Beterraba com Manteiga Leite	Ovos Mexidos Pão de Milho Chá Sem Açúcar
Almoço	Carne Moída Refogada Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Panqueca de Peito Frango com Legumes Arroz Lentilha Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Suína Arroz Feijão Purê de Batatas Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela Refogada com Legumes Arroz Integral Lentilha Abobrinha Refogada Salada de Folhas	Iscas de Fígado Arroz Feijão Moranga Refogada Salada de folhas
Lanche da tarde 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Galinhada Salada	Mandiocada com Carne Suína Salada	Sopa de Lentilha com Carne Bovina, Legumes e Macarrão	Polenta com Frango em Molho Salada	Sopa de legumes com Carne Bovina, Legumes e Arroz Integral
Lanche da tarde 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
5º SEMANA	**SEGUNDA-FEIRA**	**TERÇA-FEIRA**	**QUARTA-FEIRA**	**QUINTA-FEIRA**	**SEXTA-FEIRA**
Café da manhã	Pão de Beterraba com Manteiga Leite	Pão Integral com Melado Chá sem Açúcar	Pão de Cenoura Queijo Leite sem Açúcar	Pão Integral com Geleia de Frutas Orgânica Leite sem Açúcar	Pão de Cenoura com Melado Chá em Açúcar
Almoço	Carne Suína Arroz Lentilha Farofa de Legumes Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Moída me Molho Arroz Feijão Moranga Refogada Salada de Folhas	Frango em Molho Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela Arroz Integral Feijão Salada Cozida Salada de Folhas	Omelete com Legumes Arroz Feijão Abobora Cabotiá Refogada Salada de Folhas
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

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

Jantar	Macarronada com Carne de Frango Salada	Sopa de legumes com Carne de Frango e Arroz	Canjiquinha com Carne Bovina Salada	Risoto Salada	Sopa de Feijão com Macarrão e Legumes
Lanche da tarde 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

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

Cardápio para os meses de OUTUBRO e NOVEMBRO de 2026 – SEM LACTOSE
CMEIs MARCO ANTÔNIO SCHIAVO e ESTAÇÃO DO APRENDER – Faixa etária: 12 a 48 meses
Programa Nacional Alimentação Escolar – PNAE

1º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Café da manhã	Pão de Milho Sem Lactose com Geleia de Frutas Orgânica Chá sem Açúcar	Pão Integral Sem Lactose com Melado Leite Sem Açúcar Sem Lactose	Pão de Beterraba Sem Lactose Queijo Sem Lactose Chá sem Açúcar	Omelete Pão Integral Sem Lactose Leite Sem Lactose	Pão de Beterraba Sem Lactose Vitamina de Leite com Banana sem Açúcar Sem Lactose
Almoço	Frango em Molho Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Carne Moída Refogada com Legumes Arroz Feijão Abobrinha refogada Salada de folhas	Carne Suína de Panela Lentilha Arroz Farofa de legumes Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela Arroz Integral Feijão Moranga Refogada Salada de Folhas Salada Cozida	Frango Assado Arroz Feijão Batata Doce Cozida Salada de Folhas Salada Cozida
Lanche da tarde 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Purê de Batatas Sem Lactose Carne Moída em Molho com Legumes Salada	Sopa de legumes com Carne de Frango e Arroz	Mandiocada com Carne Bovina Salada	Sopa do Feijão com Legumes	Macarronada de Espinafre Sem Lactose com Carne Moída Salada
Lanche da tarde 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
2º SEMANA	**SEGUNDA-FEIRA**	**TERÇA-FEIRA**	**QUARTA-FEIRA**	**QUINTA-FEIRA**	**SEXTA-FEIRA**
Café da manhã	Pão Integral Sem Lactose com Melado Leite Sem Lactose	Pão de Cenoura Sem Lactose Queijo Sem Lactose Chá sem Açúcar	Ovos Mexidos Pão de Milho Sem Lactose Leite Sem Açúcar Sem Lactose	Pão de Milho Sem Lactose com Geleia de Frutas Orgânica Leite sem Açúcar Sem Lactose	Pão de Cenoura Sem Lactose Chá sem Açúcar
Almoço	Carne Moída Refogada com Legumes Arroz Feijão Salada Cozida Salada de Folhas	Carne Suína de Panela Arroz Integral Feijão Batata Doce Assada Salada de folhas	Iscas de Fígado Arroz Feijão Purê de Abóbora Cabotiá Sem Lactose Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Bovina de Panela Refogada com Legumes Arroz Feijão Abobrinha refogada Salada de folhas	Frango em Molho Arroz Lentilha Legumes Refogados Salada cozida Salada de folhas
Lanche da tarde 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Polenta com Carne de	Sopa de Lentilha com Carne	Caldo de Mandioca	Sopa de Legumes com	Risoto de Moela

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

	Frango em molho Salada	Bovina e Legumes	Salada	Macarrão Sem Lactose	Salada de Folhas
Lanche da tarde 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

3º SEMANA	**SEGUNDA-FEIRA**	**TERÇA-FEIRA**	**QUARTA-FEIRA**	**QUINTA-FEIRA**	**SEXTA-FEIRA**
Café da manhã	Pão de Milho Sem Lactose com Melado Leite Sem Açúcar Sem Lactose	Omelete Pão Caseiro Sem Lactose Chá sem Açúcar	Pão Caseiro Sem Lactose com Geleia de Frutas Orgânica Leite Sem Açúcar Sem Lactose	Pão de Beterraba Sem Lactose Leite Sem Açúcar Sem Lactose	Pão de Milho Sem Lactose Vitamina de Frutas com Leite Sem Açúcar Sem Lactose
Almoço	Carne Suína de Panela Arroz Lentilha Farofa de Legumes Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Moída Refogada com Legumes Arroz Feijão Moranga Refogada Salada de Folhas	Frango em Molho Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Lasanha de Peito de Frango Sem Lactose Arroz Integral Feijão Salada Cozida Salada de Folhas	Carne Bovina em Molho Feijão Arroz Salada de folhas Salada Cozida
Lanche da tarde 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Canjiquinha com Carne de Frango Salada	Sopa de Agnoline Sem Lactose com Legumes	Nhoque de Abóbora Sem Lactose com Carne Moída Salada	Purê de Batatas Sem Lactose com Carne Moída em Molho Salada	Macarronada Integral Sem Lactose com Carne de Frango Salada
Lanche da tarde 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
4º SEMANA	**SEGUNDA-FEIRA**	**TERÇA-FEIRA**	**QUARTA-FEIRA**	**QUINTA-FEIRA**	**SEXTA-FEIRA**
Café da manhã	Pão de Beterraba Sem Lactose com Geleia de Frutas Orgânica Leite Sem Açúcar Sem Lactose	Pão Caseiro Sem Lactose Queijo Sem Lactose Chá sem Açúcar	Pão de Milho Sem Lactose com Geleia de Frutas Orgânica Leite Sem Açúcar Sem Lactose	Pão de Beterraba Sem Lactose Leite Sem Açúcar Sem Lactose	Ovos Mexidos Pão de Milho Sem Lactose Chá Sem Açúcar
Almoço	Carne Moída Refogada Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Panqueca de Peito Frango com Legumes Sem Lactose Arroz Lentilha Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Suína Arroz Feijão Purê de Batatas Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela Refogada com Legumes Arroz Integral Lentilha Abobrinha Refogada Salada de Folhas	Iscas de Fígado Arroz Feijão Moranga Refogada Salada de folhas
Lanche da tarde 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Galinhada Salada	Mandiocada com Carne Suína Salada	Sopa de Lentilha com Carne Bovina, Legumes e Macarrão Sem Lactose	Polenta com Frango em Molho Salada	Sopa de legumes com Carne Bovina, Legumes e Arroz Integral
Lanche da tarde 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
5º SEMANA	**SEGUNDA-FEIRA**	**TERÇA-FEIRA**	**QUARTA-FEIRA**	**QUINTA-FEIRA**	**SEXTA-FEIRA**
Café da manhã	Pão de Beterraba Sem Lactose Leite Sem Açúcar Sem Lactose	Pão Integral Sem Lactose com Melado Chá sem Açúcar	Pão de Cenoura Sem Lactose Queijo Sem Lactose Leite sem Açúcar Sem Lactose	Pão Integral Sem Lactose com Geleia de Frutas Orgânica Leite sem Açúcar Sem Lactose	Pão de Cenoura Sem Lactose com Melado Chá em Açúcar

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

Almoço	Carne Suína Arroz Lentilha Farofa de Legumes Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Moída me Molho Arroz Feijão Moranga Refogada Salada de Folhas	Frango em Molho Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela Arroz Integral Feijão Salada Cozida Salada de Folhas	Omelete com Legumes Arroz Feijão Abobora Cabotiá Refogada Salada de Folhas
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Macarronada Sem Lactose com Carne de Frango Salada	Sopa de legumes com Carne de Frango e Arroz	Canjiquinha com Carne Bovina Salada	Risoto Salada	Sopa de Feijão com Macarrão Sem Lactose e Legumes
Lanche da tarde 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

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

Cardápio para os meses de OUTUBRO e NOVEMBRO de 2026 – SEM GLÚTEN
CMEIs MARCO ANTÔNIO SCHIAVO e ESTAÇÃO DO APRENDER – Faixa etária: 12 a 48 meses
Programa Nacional Alimentação Escolar – PNAE

1º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Café da manhã	Pão Sem Glúten com Geleia de Frutas Orgânica Chá sem Açúcar	Pão Sem Glúten com Melado Leite	Pão Sem Glúten Queijo Chá sem Açúcar	Omelete Pão Sem Glúten Leite	Pão Sem Glúten com Manteiga Vitamina de Leite com Banana sem Açúcar
Almoço	Frango em Molho Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Carne Moída Refogada com Legumes Arroz Feijão Abobrinha refogada Salada de folhas	Carne Suína de Panela Lentilha Arroz Farofa de legumes Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela Arroz Integral Feijão Moranga Refogada Salada de Folhas Salada Cozida	Frango Assado Arroz Feijão Batata Doce Cozida Salada de Folhas Salada Cozida
Lanche da tarde 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Purê de Batatas Carne Moída em Molho com Legumes Salada	Sopa de legumes com Carne de Frango e Arroz	Mandiocada com Carne Bovina Salada	Sopa do Feijão com Legumes	Macarronada Sem Glúten com Carne Moída Salada
Lanche da tarde 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
2º SEMANA	**SEGUNDA-FEIRA**	**TERÇA-FEIRA**	**QUARTA-FEIRA**	**QUINTA-FEIRA**	**SEXTA-FEIRA**
Café da manhã	Pão Sem Glúten com Melado Leite	Pão Sem Glúten Queijo Chá sem Açúcar	Ovos Mexidos Pão Sem Glúten Leite Sem Açúcar	Pão Sem Glúten com Geleia de Frutas Orgânica Leite sem Açúcar	Pão Sem Glúten com Manteiga Chá sem Açúcar
Almoço	Carne Moída Refogada com Legumes Arroz Feijão Salada Cozida Salada de Folhas	Carne Suína de Panela Arroz Integral Feijão Batata Doce Assada Salada de folhas	Iscas de Fígado Arroz Feijão Purê de Abóbora Cabotiá Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Bovina de Panela Refogada com Legumes Arroz Feijão Abobrinha refogada Salada de folhas	Frango em Molho Arroz Lentilha Legumes Refogados Salada cozida Salada de folhas
Lanche da tarde 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Polenta com Carne de Frango em molho Salada	Sopa de Lentilha com Carne Bovina e Legumes	Caldo de Mandioca Salada	Sopa de Legumes com Macarrão Sem Glúten	Risoto de Moela Salada de Folhas
Lanche da tarde 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

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

3º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Café da manhã	Pão Sem Glúten com Melado Leite	Omelete Pão Sem Glúten Chá sem Açúcar	Pão Sem Glúten com Geleia de Frutas Orgânica Leite	Pão Sem Glúten Leite	Pão Sem Glúten com Manteiga Vitamina de Frutas com Leite Sem Açúcar
Almoço	Carne Suína de Panela Arroz Lentilha Farofa de Legumes Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Moída Refogada com Legumes Arroz Feijão Moranga Refogada Salada de Folhas	Frango em Molho Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Peito de Frango Arroz Integral Feijão Salada Cozida Salada de Folhas	Carne Bovina em Molho Feijão Arroz Salada de folhas Salada Cozida
Lanche da tarde 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Canjiquinha com Carne de Frango Salada	Sopa de Legumes	Macarrão Sem Glúten com Carne Moída Salada	Purê de Batatas com Carne Moída em Molho Salada	Macarronada Sem Glúten com Carne de Frango Salada
Lanche da tarde 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
4º SEMANA	**SEGUNDA-FEIRA**	**TERÇA-FEIRA**	**QUARTA-FEIRA**	**QUINTA-FEIRA**	**SEXTA-FEIRA**
Café da manhã	Pão Sem Glúten com Geleia de Frutas Orgânica Leite	Pão Sem Glúten Queijo Chá sem Açúcar	Pão Sem Glúten com Geleia de Frutas Orgânica Leite	Pão Sem Glúten com Manteiga Leite	Ovos Mexidos Pão Sem Glúten Chá Sem Açúcar
Almoço	Carne Moída Refogada Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Peito Frango com Legumes Arroz Lentilha Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Suína Arroz Feijão Purê de Batatas Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela Refogada com Legumes Arroz Integral Lentilha Abobrinha Refogada Salada de Folhas	Iscas de Fígado Arroz Feijão Moranga Refogada Salada de folhas
Lanche da tarde 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar	Galinhada Salada	Mandiocada com Carne Suína Salada	Sopa de Lentilha com Carne Bovina, Legumes e Macarrão Sem Glúten	Polenta com Frango em Molho Salada	Sopa de legumes com Carne Bovina, Legumes e Arroz Integral
Lanche da tarde 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
5º SEMANA	**SEGUNDA-FEIRA**	**TERÇA-FEIRA**	**QUARTA-FEIRA**	**QUINTA-FEIRA**	**SEXTA-FEIRA**
Café da manhã	Pão Sem Glúten com Manteiga Leite	Pão Sem Glúten com Melado Chá sem Açúcar	Pão Sem Glúten Queijo Leite sem Açúcar	Pão Sem Glúten com Geleia de Frutas Orgânica Leite sem Açúcar	Pão Sem Glúten com Melado Chá em Açúcar
Almoço	Carne Suína Arroz Lentilha Farofa de Legumes Salada de Folhas Salada Cozida	Carne Moída me Molho Arroz Feijão Moranga Refogada Salada de Folhas	Frango em Molho Arroz Feijão Legumes Refogados Salada de Folhas	Carne Bovina de Panela Arroz Integral Feijão Salada Cozida Salada de Folhas	Omelete com Legumes Arroz Feijão Abobora Cabotiá Refogada Salada de Folhas
Lanche da tarde	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

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

Jantar	Macarronada Sem Glúten com Carne de Frango Salada	Sopa de legumes com Carne de Frango e Arroz	Canjiquinha com Carne Bovina Salada	Risoto Salada	Sopa de Feijão com Macarrão Sem Glúten e Legumes
Lanche da tarde 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta