



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



CARDÁPIO OUTUBRO 2025 – SEMANA 1

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO (Pré-Escola, Ensino Fundamental I)

MODALIDADE DE ENSINO (Ensino regular)

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (4 a 10 anos)

PERÍODO (parcial)

Necessidades Alimentares Especiais:

Doença celíaca: Fazer quirera no lugar de macarrão, polenta no lugar de torta de frango, arroz, feijão e ovos no lugar de cachorro quente.

Diabetes: ofertar macarrão, pão e arroz integral.

Intolerância a lactose: Ofertar iogurte zero lactose.

Outubro/2025

	2ª FEIRA 06/10	3ª FEIRA 07/10	4ª FEIRA 08/10	5ª FEIRA 09/10	6ª FEIRA 10/10
Lanche da manhã/Tarde (09h e 15h)	Macarrão com carne moída (tomate, cenoura)	Arroz, feijão e picadinho de batata, salada de repolho e cenoura	Torta de frango (cenoura, tomate e temperos verdes) Fruta: Melancia	logurte com polpa de frutas e banana	Cachorro quente (Pão, salsicha, tomate, cenoura e temperos verdes)
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			47 g 127%	11 g 157%	9 g 100%

Vanderleia Volff
Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P

Vanderleia Volff, CRN 8 10292



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



CARDÁPIO OUTUBRO 2025 – SEMANA 2

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO (Pré-Escola, Ensino Fundamental I)

MODALIDADE DE ENSINO (Ensino regular)

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (4 a 10 anos)

PERÍODO (parcial)

Necessidades Alimentares Especiais:

Doença celíaca: Fazer quirera no lugar de cuca caseira.

Diabetes: Utilizar pão e arroz integral.

Alergia a ovos: Fazer o virado sem utilizar ovos, em panela separada.

Outubro/2025

	2ª FEIRA 13/10	3ª FEIRA 14/10	4ª FEIRA 15/10	5ª FEIRA 16/10	6ª FEIRA 17/10
Lanche da manhã/Tarde	<u>Recesso</u>	Virado de feijão com ovos	Cuca caseira e chá Fruta: Banana	Quirera com carne de porco (alface, cenoura, abobrinha)	Arroz, feijão e mandioca com carne moída (alface, tomate, cenoura)
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			41 g 110%	13 g 185%	10 g 111%

Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292P

Vanderleia Volff, CRN 8 10292



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



CARDÁPIO OUTUBRO 2025 – SEMANA 3

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO (Pré-Escola, Ensino Fundamental I)

MODALIDADE DE ENSINO (Ensino regular)

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (4 a 10 anos)

PERÍODO (parcial)

Necessidades Alimentares Especiais:

Doença celíaca: Fazer arroz com carne moída no lugar de macarrão, quirera no lugar de pão fatiado.

Diabetes: Utilizar pão, macarrão e arroz integral.

Outubro/2025

	2ª FEIRA 20/10	3ª FEIRA 21/10	4ª FEIRA 22/10	5ª FEIRA 23/10	6ª FEIRA 24/10
Lanche da manhã/Tarde	Macarrão com peito de frango (tomate, cenoura)	Carreteiro (repolho, cenoura, tomate)	Pão fatiado com margarina Fruta: Maça	Polenta com carne moída (repolho, cenoura, tomate)	Arroz, feijão e peito de frango (repolho, cenoura, tomate)
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	378 Kcal	48 g	15 g	9 g	
		129%	214%	100%	

Vanderleia Volff
Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P

Vanderleia Volff, CRN 8 10292



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



CARDÁPIO OUTUBRO 2025 – SEMANA 4

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO (Pré-Escola, Ensino Fundamental I)

MODALIDADE DE ENSINO (Ensino regular)

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (4 a 10 anos)

PERÍODO (parcial)

Necessidades Alimentares Especiais:

Doença celíaca: Fazer quirera com carne de porco no dia do macarrão, carreteiro no dia do pão francês.

Diabetes: Utilizar macarrão, arroz e pão integral.

Alergia a ovos: Fazer carne moída no lugar de ovos cozidos.

Outubro/2025

	2ª FEIRA 27/10	3ª FEIRA 28/10	4ª FEIRA 29/10	5ª FEIRA 30/10	6ª FEIRA 31/10
Lanche da manhã/Tarde	Macarrão com carne moída (tomate e cenoura)	Risoto (repolho, cenoura, tomate)	Pão francês com carne moída Fruta: Laranja	Polenta com peito de frango (repolho, cenoura, tomate)	Arroz, feijão e ovos cozidos (repolho, cenoura)
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		372 Kcal	55 g 148%	14 g 200%	89 g 100%

Vanderleia Volff
Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P

Vanderleia Volff, CRN 8 10292