



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL DOMINGOS SOARES - PR
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL - CRIANÇAS DE 1 A 3 ANOS - PERÍODO INTEGRAL - JULHO/AGOSTO - 2024

1ª semana do mês

Dia da semana	S	T	Q	Q	S
Café 08:00h	Pão de leite, margarina, leite com achocolatado Opção sem lactose: utilizar leite e margarina 0% lactose.	Torta salgada de legumes, chá Não usar leite na massa da torta.	Pão caseiro, doce de fruta, leite saborizado com casca de laranja	Pão de cachorro quente ovo mexido dentro do pão, chá mate	Pão caseiro, margarina, chá com leite Opção sem lactose: utilizar leite e margarina 0% lactose.
Almoço 10:45h	Feijão** + arroz + Polenta com molho de carne moída (liquidificada), enriquecido com cenoura, tomate picados	Feijão** + arroz + macarronada com molho de coxa sobrecoxa de frango + legume no molho	Feijão** + arroz + mandiocada (mandioca cozida + carne de bovina na panela de pressão em molho com legume)	Feijão** + arroz + carne suína na panela de pressão + vagem, batata ou abobrinha refogada	Feijão** + arroz + batata inglesa assada + strogonoff de peito de frango (somente molho vermelho) + vegetal
Lanche 13:15h	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*
Janta 15:00h	Sopão de feijão com legumes e arroz quebradinho	Quirerinha com carne de porco + salada picadinha	Sopa de legumes com macarrão cabelo de anjo e carne de frango	Risoto de frango com refogado de abobrinha ou abóbora	Polenta com molho de carne moída, enriquecido com cenoura, tomate e abóbora
Lanche opcional***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***

Saionara Bennemann - CRN8 - 10576 - Nutricionista Responsável Técnica pela Alimentação Escolar

Observação: Cardápio sujeito à alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição. As validades dos alimentos nos estoques devem ser avaliadas e, se necessário, adequar o cardápio para que os mesmos sejam utilizados. *

Fruta da época: banana, maçã, pêssigo e uva. **O feijão deve ser deixado de molho no dia anterior ao preparo, com duas partes de água para uma parte de feijão, em recipiente de plástico. *** Pode ser mantido na sala em pote fechado para ser ofertado às crianças que se apresentarem com sinais de fome, antes de retornarem para casa. * **Frutas da época:** abacate, cate quintal, laranja, mexerica. * **Legumes e Verduras da Época:** abóbora, batata salsa, brócolis, couve, couve-flor e rabanete **Observação:** deixar a maçã de molho em água com sal após cortada ao meio para que não haja escurecimento até a oferta para os escolares



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL DOMINGOS SOARES - PR
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL - CRIANÇAS DE 1 A 3 ANOS - PERÍODO INTEGRAL - JULHO/AGOSTO - 2024

2ª semana do mês

Dia da semana	S	T	Q	Q	S
Café 08:00h	Pão de leite, margarina, leite com achocolatado Opção sem lactose: utilizar leite e margarina 0% lactose.	Torta salgada de legumes, chá Não usar leite na massa da torta.	Pão caseiro, doce de fruta, leite saborizado com casca de maçã Opção sem lactose: utilizar leite e margarina 0% lactose.	Pão de cachorro quente ovo mexido dentro do pão, chá mate	Pão caseiro, margarina, chá com leite Opção sem lactose: utilizar leite e margarina 0% lactose.
Almoço 10:45h	Feijão** + arroz + Polenta com molho de carne moída (liquidificada), enriquecido com cenoura, tomate picados	Feijão** + arroz + macarronada com molho de coxa sobrecoxa de frango + legume no molho	Feijão** + arroz + mandiocada (mandioca cozida + carne de bovina na panela de pressão em molho com legume)	Feijão** + arroz + carne suína na panela de pressão + vagem, batata ou abobrinha refogada	Feijão** + arroz + batata inglesa assada + stroganoff de peito de frango + vegetal
Lanche 13:15h	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*
Janta 15:00h	Sopão de feijão com legumes e arroz quebradinho	Quirerinha com carne de porco + salada picadinha	Sopa de legumes com macarrão cabelo de anjo e carne de frango	Risoto de frango com refogado de abobrinha ou abóbora	Polenta com molho de carne moída, enriquecido com cenoura, tomate e abóbora
Lanche opcional***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***

Saionara Bennemann - CRN8 - 10576 - *Nutricionista Responsável Técnica pela Alimentação Escolar*

Observação: Cardápio sujeito à alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição. As validades dos alimentos nos estoques devem ser avaliadas e, se necessário, adequar o cardápio para que os mesmos sejam utilizados. * **O feijão deve ser deixado de molho no dia anterior ao preparo, com duas partes de água para uma parte de feijão, em recipiente de plástico. *** Pode ser mantido na sala em pote fechado para ser ofertado às crianças que se apresentarem com sinais de fome, antes de retornarem para casa. * **Frutas da época:** abacate, cate



quintal, laranja, mexerica. ***Legumes e Verduras da Época:** abóbora, batata salsa, brócolis, couve, couve-flor e rabanete. **Observação:** de molho em água com sal após cortada ao meio para que não haja escurecimento até a oferta para os escolares



DEPARTAMENTO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CORONEL DOMINGOS SOARES - PR

PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL DOMINGOS SOARES - PR
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL - CRIANÇAS DE 1 A 3 ANOS - PERÍODO INTEGRAL - JULHO/AGOSTO - 2024

3ª semana do mês

Dia da semana	S	T	Q	Q	S
Café 08:00h	Pão de leite, margarina, leite com achocolatado	Torta salgada de legumes, chá Não usar leite na massa da torta.	Pão caseiro, doce de fruta, leite saborizado com casca de laranja	Pão de cachorro quente ovo mexido dentro do pão, chá mate	Pão caseiro, margarina, chá com leite
Almoço 10:45h	Feijão** + arroz + Polenta com molho de carne moída (liquidificada), enriquecido com cenoura, tomate picados	Feijão** + arroz + macarronada com molho de coxa sobrecoxa de frango + legume no molho	Feijão** + arroz + mandiocada (mandioca cozida + carne de bovina na panela de pressão em molho com legume)	Feijão** + arroz + carne suína na panela de pressão + vagem, batata ou abobrinha refogada	Feijão** + arroz + batata inglesa assada + strogonoff de peito de frango + vegetal
Lanche 13:15h	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*
Janta 15:00h	Sopão de feijão com legumes e arroz quebradinho	Quirerinha com carne de porco + salada picadinha	Sopa de legumes com macarrão cabelo de anjo e carne de frango	Risoto de frango com refogado de abobrinha ou abóbora	Arroz + feijão + nhoque caseiro ao molho vermelho de carne moída (liquidificado) + salada mista
Lanche opcional***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***

Saionara Bennemann - CRN8 - 10576 - Nutricionista Responsável Técnica pela Alimentação Escolar

Observação: Cardápio sujeito à alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição. As validade dos alimentos nos estoques devem ser avaliadas e, se necessário, adequar o cardápio para que os mesmos sejam utilizados. *



O feijão deve ser deixado de molho no dia anterior ao preparo, com duas partes de água para uma parte de feijão, em recipiente de plástico. * Pode ser mantido na sala em pote fechado para ser ofertado às crianças que se apresentarem com sinais de fome, antes de retornarem para casa. * **Frutas da época:** abacate, cajuí, melancia, melão, manga, maçã, mexerica. * **Legumes e Verduras da Época:** abóbora, batata salsa, brócolis, couve, couve-flor e rabanete. **Observação:** deixar a maçã de molho em água com sal após cortada ao meio para que não haja escurecimento até a oferta para os escolares.

PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL DOMINGOS SOARES - PR
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL - CRIANÇAS DE 1 A 3 ANOS - PERÍODO INTEGRAL - JULHO/AGOSTO - 2024

4ª semana do mês

Dia da semana	S	T	Q	Q	S
Café 08:00h	Pão de leite, margarina, leite com achocolatado	Torta salgada de legumes, chá Não usar leite na massa da torta.	Pão caseiro, doce de fruta, leite saborizado com casca de laranja	Pão de cachorro quente ovo mexido dentro do pão, chá mate	Pão caseiro, margarina, chá com leite
Almoço 10:45h	Feijão** + arroz + Polenta com molho de carne moída (liquidificada), enriquecido com cenoura, tomate picados	Feijão** + arroz + macarronada com molho de coxa sobrecoxa de frango + legume no molho	Feijão** + arroz + mandiocada (mandioca cozida + carne de bovina na panela de pressão em molho com legume)	Feijão** + arroz + carne suína na panela de pressão + vagem, batata ou abobrinha refogada	Feijão** + arroz + batata inglesa assada + strogonoff de peito de frango + vegetal
Lanche 13:15h	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*
Janta 15:00h	Sopão de feijão com legumes e arroz quebradinho	Quirerinha com carne de porco + salada picadinha	Sopa de legumes com macarrão cabelo de anjo e carne de frango	Risoto de frango com refogado de abobrinha ou abóbora	Polenta com molho de carne moída, enriquecido com cenoura, tomate e abóbora
Lanche opcional***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***

Saionara Bennemann - CRN8 - 10576 - Nutricionista Responsável Técnica pela Alimentação Escolar

Observação: Cardápio sujeito à alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição



nutricional da refeição. As validades dos alimentos nos estoques devem ser avaliadas e, se necessário, adequar o cardápio para que os mesmos sejam utilizados. *

O feijão deve ser deixado de molho no dia anterior ao preparo, com duas partes de água para uma parte de feijão, em recipiente de plástico. * Pode ser mantido na sala em pote fechado para ser ofertado às crianças que se apresentarem com sinais de fome, antes de retornarem para casa. * **Frutas da época:** abacate, cate quintal, laranja, mexerica. ***Legumes e Verduras da Época:** abóbora, batata salsa, brócolis, couve, couve-flor e rabanete. **Observação:** deixar a maçã de molho em água com sal após cortada ao meio para que não haja escurecimento até a oferta para os escolares

PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL DOMINGOS SOARES - PR
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL - BEBÊS 7 a 11 MESES - ZONA URBANA/RURAL - PERÍODO INTEGRAL - JULHO/AGOSTO - 2024

1ª semana do mês



Dia da semana	S	T	Q	Q	S
Café 08:00h	4 meses - Mamadeira 6 meses - Fruta ou pão	4 meses - Mamadeira 6 meses - Torta salgada	4 meses - Mamadeira 6 meses - Fruta ou pão	4 meses - Mamadeira 6 meses - Pão com ovos mexidos	4 meses - Mamadeira 6 meses - Fruta ou pão
Almoço 10:45h	Feijão** + arroz + Polenta com molho de carne moída (liquidificada), enriquecido com cenoura, tomate picados	Feijão** + arroz + macarronada com molho de coxa sobrecoxa de frango (liquidificada) + legume cozido e esmagado	Feijão** + arroz + mandioca cozida esmagada + carne de bovina na panela de pressão em molho com legume	Feijão** + arroz + purê de batata inglesa + carne suína na panela de pressão + abobrinha bem cozida e esmagada	Feijão** + arroz + batata cozida (esmagar) + estrogonofe de peito de frango + vegetal bem cozido e esmagado
Lanche 13:15h	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*
Janta 15:00h	Sopão de feijão com legumes e arroz quebradinho	Quirerinha com carne de porco + ensopado de legumes (legumes refogados com mais caldo)	Sopa de legumes com macarrão cabelo de anjo e carne de frango	Risoto de frango com refogado de abobrinha ou abóbora	Polenta com molho de carne moída, enriquecido com cenoura, tomate e abóbora
Lanche opcional***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***

Saionara Bennemann - CRN8 - 10576 - Nutricionista Responsável Técnica pela Alimentação Escolar

Sinais que a criança já pode iniciar a Introdução Alimentar:

1. Tem interesse e curiosidade pelo que você come;
2. Consegue sustentar a cabeça e o tronco, além de conseguir sentar sem apoio;
3. Segura objetos com as mãos;
4. Reduziu ou eliminou o reflexo de protrusão (empurrar os alimentos para fora da boca com a língua);
5. Faz os movimentos de mastigação (mesmo que não tenha dentes).

PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL DOMINGOS SOARES - PR
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL - BEBÊS 7 a 11 MESES - ZONA URBANA/RURAL - PERÍODO INTEGRAL - JULHO/AGOSTO - 2024



Dia da semana	S	T	Q	Q	S
Café 08:00h	4 meses - Mamadeira 6 meses - Fruta ou pão	4 meses - Mamadeira 6 meses - Torta salgada	4 meses - Mamadeira 6 meses - Fruta ou pão	4 meses - Mamadeira 6 meses - Pão com ovos mexidos	4 meses - Mamadeira 6 meses - Fruta ou pão
Almoço 10:45h	Feijão** + arroz + nhoque caseiro ao molho vermelho de carne moída (liquidificado) enriquecido com cenoura, tomate picados	Feijão** + arroz + coxa sobre coxa assada + batata inglesa cozida + legume cozido e esmagado	Feijão** + arroz + mandioca cozida esmagada + carne de bovina na panela de pressão em molho desfiada com legume picado em cubinhos pequenos refogado	Feijão** + arroz + quixerinha + carne suína na panela de pressão + abobrinha bem cozida e esmagada	Feijão** + arroz + batata cozida (esmagar) + estrogonofe de carne bovina com cenoura ralada junto ao molho
Lanche 13:15h	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*
Janta 15:00h	Sopão de feijão com legumes e arroz quebradinho	Quixerinha com carne de porco + ensopado de legumes (legumes refogados com mais caldo)	Polenta com molho de carne de frango, enriquecido com cenoura, tomate e abóbora	Risoto de frango com refogado de abobrinha ou abóbora	Sopa de legumes com macarrão cabelo de anjo e carne de frango
Lanche opcional***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***

2ª semana do mês

Saionara Bennemann - CRN8 - 10576 - Nutricionista Responsável Técnica pela Alimentação Escolar



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL DOMINGOS SOARES - PR
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL - BEBÊS 7 a 11 MESES - ZONA URBANA/RURAL - PERÍODO INTEGRAL - JULHO/AGOSTO - 2024

Dia da semana	S	T	Q	Q	S
Café 08:00h	4 meses - Mamadeira 6 meses - Fruta ou pão	4 meses - Mamadeira 6 meses - Torta salgada	4 meses - Mamadeira 6 meses - Fruta ou pão	4 meses - Mamadeira 6 meses - Pão com ovos mexidos	4 meses - Mamadeira 6 meses - Fruta ou pão
Almoço 10:45h	Feijão** + arroz + macarrão à bolonhesa + (liquidificada), enriquecido com cenoura, tomate picados	Feijão** + arroz + purê de batata e abóbora com molho de coxa sobrecoxa de frango (liquidificada)	Feijão** + arroz + carne bovina cortada em iscas, cenoura, brócolis, batata refogados todos juntos	Feijão** + arroz + Quirerinha com carne de porco + carne suína na panela de pressão + abobrinha bem cozida e esmagada	Feijão** + arroz + polenta + + carne de frango picada em pedaços pequenos + vegetal bem cozido e esmagado
Lanche 13:15h	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*
Janta 15:00h	Quirerinha com carne de porco + ensopado de legumes (legumes refogados com mais caldo)	Polenta com molho de carne moída, enriquecido com cenoura, tomate e abóbora	Sopa de legumes com macarrão cabelo de anjo e carne de frango	Risoto de frango com refogado de abobrinha ou abóbora	Arroz + feijão + nhoque caseiro ao molho vermelho de carne moída (liquidificado) + salada mista
Lanche opcional ***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***

3ª Semana do mês

Saionara Bennemann - CRN8 - 10576 - Nutricionista Responsável Técnica pela Alimentação Escolar

* **Frutas da época:** abacate, cate quintal, laranja, mexerica. ***Legumes e Verduras da Época:** abóbora, batata salsa, brócolis, couve, couve-flor e rabanete. **Observação:** deixar a maçã de molho em água com sal após cortada ao meio para que não haja escurecimento até a oferta para os escolares

PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL DOMINGOS SOARES - PR



DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL - BEBÊS 7 a 11 MESES - ZONA URBANA/RURAL - PERÍODO INTEGRAL - JULHO/AGOSTO - 2024



Dia da semana	S	T	Q	Q	S
Café 08:00h	4 meses - Mamadeira 6 meses - Fruta ou pão	4 meses - Mamadeira 6 meses - Torta salgada	4 meses - Mamadeira 6 meses - Fruta ou pão	4 meses - Mamadeira 6 meses - Pão com ovos mexidos	4 meses - Mamadeira 6 meses - Fruta ou pão
Almoço 10:45h	Feijão** + arroz + frango desfiado com legumes ralados e refogados	Feijão** + arroz + polenta + carne de porco (liquidificada) + legume cozido e esmagado	Feijão** + arroz + carne de frango, batatas e legumes assadas esmagados	Feijão** + arroz + batata inglesa refogada amassada + coxa sobrecoxa desfiada + salada picadinha	Feijão** + arroz + carne de gado picadinha na panela de pressão + salada
Lanche 13:15h	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*	Fruta da época*
Janta 15:00h	Sopão de feijão com legumes e arroz quebradinho	Quirerinha com carne de porco + ensopado de legumes (legumes refogados com mais caldo)	Sopa de legumes com macarrão cabelo de anjo e carne de frango	Macarronada com molho de carne vermelha e	Sopa de feijão com macarrão e legumes
Lanche opcional ***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***	Pão fatiado***

4ª semana do mês

Saionara Bennemann - CRN8 - 10576 - Nutricionista Responsável Técnica pela Alimentação Escolar

Observação: Cardápio sujeito à alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição. As validades dos alimentos nos estoques devem ser avaliadas e, se necessário, adequar o cardápio para que os mesmos sejam utilizados.

O feijão deve ser deixado de molho no dia anterior ao preparo, com duas partes de água para uma parte de feijão, em recipiente de plástico. * Pode ser mantido na sala em pote fechado para ser ofertado às crianças que se apresentarem com sinais de fome, antes de retornarem para casa.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL DOMINGOS SOARES - PR
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
ENSINO FUNDAMENTAL - 4 A 11 ANOS - PERÍODO PARCIAL - JULHO/AGOSTO - 2024





	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª Semana	22	23	24	25	26
Manhã e Tarde	RECESSO	RECESSO	Sagu com suco de uva + fruta da época*	Arroz + feijão + mandioca cozida + carne de gado ao molho de tomate + salada	Pão com carne moída em molho vermelho + fruta da época*
2ª Semana	29	30	31	01	02
Manhã e Tarde	Polenta com carne moída com molho vermelho + salada	Arroz + feijão + macarronada de coxa de frango em pedaços + salada verde	Biscoito + chá + fruta da época*	Arroz + feijão + carne de porco de panela + batata doce caramelada + salada	Pão caseiro com margarina + leite caramelado + fruta da época*
3ª Semana	05	06	07	08	09
Manhã e Tarde	Macarronada de coxa de frango em pedaços + salada verde	Arroz + feijão + strogonoff de peito de frango + batata inglesa assada + salada mista	Mingau com aveia e banana ou fruta da época*	Arroz + feijão + polenta + picadinho de carne de gado ao molho de tomate + salada	Pão francês com ovos mexidos + chá + fruta da época*
4ª Semana	12	13	14	15	16
Manhã e Tarde	Quirerinha com carne de porco em cubos bem refogada e salada verde	Arroz + feijão + carne de porco de panela com mandioca + salada	Canjica com leite e fruta da época*	Arroz + Feijão + macarrão à bolonhesa + salada	Pão com doce caseiro + chá com leite + fruta da época*
5ª Semana	19	20	21	22	23



Manhã e Tarde	Risoto com carne de frango e cenoura ralada + saladas	Arroz + feijão + quixerinha + salada mista de legumes ralados e ovos cozidos	Pudim de chocolate (creme de amido com cacau, adoçado) + fruta da época	Arroz + feijão + carne de porco de panela + batata doce caramelada + salada	Pão caseiro com margarina, leite caramelado + fruta da época*
6ª Semana	26	27	28	29	30
Manhã e Tarde	Polenta com carne de frango e molho vermelho + salada	Arroz + feijão + carne de porco refogada + purê de mandioca + salada	Leite saborizado com açúcar queimado + bolacha doce + fruta da época*	Arroz + feijão + polenta + picadinho de carne de gado ao molho de tomate + salada	Pão francês com ovos mexidos + chá + fruta da época*

Saionara Bennemann - CRN8 - 10576 - *Nutricionista Responsável Técnica pela Alimentação Escolar*

Observação: Sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição. As validades dos alimentos nos estoques devem ser avaliadas e, se necessário, adequar o cardápio para que os mesmos sejam utilizados.

* **Frutas da época:** abacate, cate quintal, laranja, mexerica. * **Legumes e Verduras da Época:** abóbora, batata salsa, brócolis, couve, couve-flor e rabanete.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL DOMINGOS SOARES - PR
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
ENSINO FUNDAMENTAL - 4 À 11 ANOS - PERÍODO INTEGRAL - JULHO/AGOSTO - 2024



1ª semana do mês

Dia da semana / Refeição	Café da Manhã	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde
Segunda-feira	Pão, Margarina, Leite com achocolatado	Fruta da época*	Arroz + feijão + polenta com carne moída com molho vermelho + salada	Sopa de feijão
Terça-feira	Torta salgada de legumes, Chá mate	Vitamina de Frutas e/ou Bolacha	Arroz + feijão + macarronada de coxa de frango em pedaços + salada verde	Pão com margarina + chá
Quarta-feira	Pão, doce de fruta, chá mate	Fruta da época*	Arroz + feijão + mandioca cozida + carne de gado ao molho de tomate + salada	Sagu com suco de uva
Quinta-feira	Pão, omelete, Chá mate	Fruta da época*	Arroz + feijão + carne de porco de panela + batata doce caramelada + salada	Bolacha + suco de fruta
Sexta-feira	Pão, margarina, chá mate com leite	Fruta da época*	Arroz + feijão + strogonoff de peito de frango + batata inglesa assada + salada mista	Bolo de fubá simples + suco de laranja diluído

Saionara Bennemann - CRN8 - 10576 - *Nutricionista Responsável Técnica pela Alimentação Escolar*

Observação: Sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição. As validades dos alimentos nos estoques devem ser avaliadas e, se necessário, adequar o cardápio para que os mesmos sejam utilizados. * **Frutas da época:** abacate, cate quintal, laranja, mexerica. * **Legumes e Verduras da Época:** abóbora, batata salsa, brócolis, couve, couve-flor e rabanete.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL DOMINGOS SOARES - PR
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
ENSINO FUNDAMENTAL - 4 À 11 ANOS - PERÍODO INTEGRAL - JULHO/AGOSTO - 2024

2ª semana do mês

Dia da semana / Refeição	Café da Manhã	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde
Segunda-feira	Pão, margarina, leite com achocolatado (cacau).	Fruta da época*	Arroz + feijão + macarroneise (macarrão parafuso ou penne cozido com frango em cubos picados, e vegetais como como vagem, cenoura milho e molho branco) + salada	Sopa com carne de frango + macarrão + legumes
Terça-feira	Torta salgada de legumes, chá mate.	Vitamina de Frutas e/ou Bolacha	Arroz + feijão + maionese de batata + coxa sobre coxa assada + salada	Pão com margarina + chá
Quarta-feira	Pão, doce de fruta, chá de casca de laranja.	Fruta da época*	Arroz + feijão + polenta + picadinho de carne de gado ao molho de tomate + salada	Mingau de cacau
Quinta-feira	Pão, omelete, chá mate.	Fruta da época*	Arroz + feijão + carne de porco de panela com mandioca + salada	Bolacha + suco de fruta
Sexta-feira	Pão, margarina, chá mate com leite.	Fruta da época*	Arroz + feijão + nhoque caseiro ao molho vermelho de carne moída (liquidificado) + salada mista	Bolo de cenoura + chá gelado

Saionara Bennemann - CRN8 - 10576 - Nutricionista Responsável Técnica pela Alimentação Escolar

Observação: Sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição. As validades dos alimentos nos estoques devem ser avaliadas e, se necessário, adequar o cardápio para que os mesmos sejam



utilizados. ***Frutas da época:** abacate, cate quintal, laranja, mexerica. ***Legumes e Verduras da Época:** abóbora, batata salsa, brócolis, couve, couve-flor e rabanete.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL DOMINGOS SOARES - PR
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
ENSINO FUNDAMENTAL - 4 À 11 ANOS - PERÍODO INTEGRAL - JULHO/AGOSTO - 2024

3ª semana do mês

Dia da semana / Refeição	Café da Manhã	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde
Segunda-feira	Pão, Margarina, Leite com achocolatado.	Fruta da época*	Arroz + Feijão + macarrão à bolonhesa + salada	Sopa de feijão
Terça-feira	Torta salgada de legumes, chá mate.	Vitamina de Frutas e/ou Bolacha	Arroz + feijão + farofa de legumes + coxa sobre coxa assada + salada mista	Pão com margarina + chá
Quarta-feira	Pão, doce de fruta, chá mate.	Fruta da época*	Arroz + feijão + carne de gado em cubos com batata inglesa refogada + salada	Canjica com leite
Quinta-feira	Pão, omelete, chá mate.	Fruta da época*	Arroz + feijão + carne suína de panela com quixerinha + salada	Bolacha + chá
Sexta-feira	Pão, margarina, chá mate com leite.	Fruta da época*	Galinhada + feijão + salada mista	Bolo simples + suco de uva diluído

Saionara Bennemann - CRN8 - 10576 - Nutricionista Responsável Técnica pela Alimentação Escolar

Observação: Sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição. As validades dos alimentos nos estoques devem ser avaliadas e, se necessário, adequar o cardápio para que os mesmos sejam utilizados. ***Frutas da época:** abacate, cate quintal, laranja, mexerica. ***Legumes e Verduras da Época:** abóbora, batata salsa, brócolis, couve, couve-flor e rabanete.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL DOMINGOS SOARES - PR
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
ENSINO FUNDAMENTAL - 4 À 11 ANOS - PERÍODO INTEGRAL - JULHO/AGOSTO - 2024

4ª semana do mês

Dia da semana / Refeição	Café da Manhã	Lanche da Manhã	Almoço	Lanche da Tarde
Segunda-feira	Pão, Margarina, Leite com achocolatado.	Fruta da época*	Arroz + feijão + peito de frango grelhado + legumes refogados + salada	Sopa de legumes com carne de frango e arroz
Terça-feira	Torta salgada de legumes, chá mate.	Vitamina de Frutas e/ou Bolacha	Arroz + feijão + batata inglesa assada com coxa sobre coxa + salada	Pão com margarina + chá
Quarta-feira	Pão, doce de fruta, chá de casca de maçã.	Fruta da época*	Arroz + feijão + farofa de ovo + carne bovina de panela + salada.	Mingau com aveia e banana
Quinta-feira	Pão, omelete, chá mate.	Fruta da época*	Arroz + feijão + quixerinha com carne de porco + salada	Bolacha + Suco de fruta diluído
Sexta-feira	Pão, margarina, chá mate com leite.	Fruta da época*	Virado de feijão + ovos cozidos + salada mista	Bolo de laranja + chá gelado

Saionara Bennemann - CRN8 - 10576 - Nutricionista Responsável Técnica pela Alimentação Escolar

Observação: Sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição. As validades dos alimentos nos estoques devem ser avaliadas e, se necessário, adequar o cardápio para que os mesmos sejam utilizados. * **Frutas da época:** abacate, cate quintal, laranja, mexerica. * **Legumes e Verduras da Época:** abóbora, batata salsa, brócolis, couve, couve-flor e rabanete.