

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

Município de Coronel Domingos Soares, Paraná | Modalidade: Pré-escola (4 - 5 anos) | Zona: Rural | Período: Integral  
SEMANA 1 | 31/08/2026 A 04/09/2026

| REFEIÇÕES                    | SEGUNDA<br>31/08/2026                                                                                                                                                                                                                                                                              | TERÇA<br>01/09/2026                                                                                                                                                                                | QUARTA<br>02/09/2026                                                                                                                                                                                                                                                                     | QUINTA<br>03/09/2026                                                                                                                                                                                                                                      | SEXTA<br>04/09/2026                                                                                                                               |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Café da manhã<br>7h30        | Leite aromatizado - 1 copo duplo Pão<br>fatiado com geléia de fruta [sem açúcar]<br>- 1 fatia média                                                                                                                                                                                                | Café com leite - 1 xícara de chá cheia<br>Pão integral com queijo minas - 1 fatia                                                                                                                  | Chá erva-doce infusão 5% - 1 copo duplo<br>cheio Pão com ovo - 0,5 unidade                                                                                                                                                                                                               | Leite com cacau em pó com açúcar - 1<br>copo pequeno Pão com ovo - 0,5 unidade                                                                                                                                                                            | Chá (preto camomila erva cidreira capim<br>limão etc.) - 1 xícara de chá Pão francês<br>branco - 1 unidade média Queijo<br>muçarela 1 fatia média |
| Lanche da<br>manhã I<br>9h30 | Fruta (não especificada) - 1 unidade<br>média                                                                                                                                                                                                                                                      | Mamão - 1 fatia média                                                                                                                                                                              | Maçã - 1 unidade média                                                                                                                                                                                                                                                                   | Banana (ouro prata d´água da terra etc.)<br>- 1 unidade média                                                                                                                                                                                             | Abacaxi - 1 fatia grande                                                                                                                          |
| Almoço<br>11h30              | Arroz parboilizado cozido - 1 colher de<br>sopa cheia Feijão Preto Cozido - 0,5<br>concha média rasa Frango em pedaços<br>Grelhado(a)/brasa/churrasco- 1 porção<br>média Cenoura - Cozido(a) - 1 colher de<br>arroz cheia (picado) Abobrinha -<br>Refogado(a) - 1 colher de sopa cheia<br>(picado) | Arroz parboilizado cozido- 1 colher de<br>sopa cheia Feijão preto cozido - 50 g<br>Carne moída bovina refogada - 1 unidade<br>média Abóbora refogada - 1 colher de<br>sopa cheia Pepino cru - 13 g | Arroz Parboilizado com Açafrão - 1 colher<br>de arroz cheia Feijão Preto Cozido - 0,5<br>concha média rasa Peito de galinha ou<br>frango Grelhado(a)/brasa/churrasco- 1<br>porção média Purê de batata - 1 colher<br>de sopa cheia Repolho - Cru(a) - 1 colher<br>de arroz rasa (picado) | Arroz parboilizado cozido- 1 colher de<br>sopa cheia Feijão Preto Cozido - 0,5<br>concha média rasa Lombo suíno -<br>Assado(a)- 1 unidade média Chuchu -<br>Cozido(a) - 1 colher de sopa cheia<br>(picado) Alface crespa crua - 1 colher de<br>sopa cheia | Macarrão com carne - 1 pegador Legume<br>não especificado em conserva - 1 xícara<br>de chá Tomate - 20 g                                          |
| Lanche da<br>tarde I<br>15h  | Vitamina de banana - 1 copo duplo Bolo<br>de cenoura - 1 fatia média                                                                                                                                                                                                                               | Suco de maracujá - 1 copo duplo cheio<br>Bolo de cenoura - 1 fatia grande                                                                                                                          | logurte de qualquer sabor - 1 copo<br>pequeno Fruta (não especificada) - 1<br>unidade média                                                                                                                                                                                              | Canjica com leite integral- 1 concha<br>média cheia Fruta (não especificada)- 1<br>unidade média                                                                                                                                                          | Suco de laranja e cenoura - 200 g Tortas<br>salgadas de qualquer sabor- 50 g                                                                      |

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DA SEMANA

|                                      |                                 |                                 |                                      |                            |
|--------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------|----------------------------|
| Energia<br>818,86 kcal = 3.426,09 kj | Proteína<br>37,01 g (17,7% VET) | Lipídios<br>27,35 g (29,4% VET) | Carboidratos<br>110,63 g (52,9% VET) | Fibra alimentar<br>11,30 g |
| Cálcio<br>346,62 mg                  | Ferro<br>4,30 mg                | Vitamina A<br>149,47 mcg        | Vitamina C<br>62,23 mg               | Custo<br>R\$ 1,08          |

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

Município de Coronel Domingos Soares, Paraná | Modalidade: Pré-escola (4 - 5 anos) | Zona: Rural | Período: Integral  
SEMANA 2 | 07/09/2026 A 11/09/2026

| REFEIÇÕES                 | SEGUNDA<br>07/09/2026                                                                                                                                                                       | TERÇA<br>08/09/2026                                                                                                                                                                                                                | QUARTA<br>09/09/2026                                                                                                                                                                                                                            | QUINTA<br>10/09/2026                                                                                                                                                                                                              | SEXTA<br>11/09/2026                                                                                                                                                                      |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Café da manhã<br>7h30     | Leite achocolatado - 1 copo duplo Pão francês branco - 1 unidade média Requeijão - 1 colher de sopa cheia                                                                                   | Chá (preto camomila erva-cidreira capim limão etc.) - 1 xícara de chá Pão com ovo - 0,5 unidade                                                                                                                                    | Leite batido com banana e cacau - 80 g Biscoito doce - 1 unidade média                                                                                                                                                                          | Café com leite - 1 xícara de chá cheia Bolo de cenoura - 1 fatia média                                                                                                                                                            | Vitamina de banana - 1 copo duplo Pão fatiado com geléia de fruta [sem açúcar] - 1 fatia média                                                                                           |
| Lanche da manhã I<br>9h30 | Mamão - 1 fatia pequena                                                                                                                                                                     | Banana (ouro prata d´água da terra etc.) - 1 unidade média                                                                                                                                                                         | Mamão - 1 fatia média                                                                                                                                                                                                                           | Maçã - 1 unidade média                                                                                                                                                                                                            | Fruta (não especificada) - 1 unidade média                                                                                                                                               |
| Almoço<br>11h30           | Arroz parboilizado cozido- 1 colher de sopa cheia Feijão preto cozido - 50 g Polenta - 1 colher de sopa cheia Carne moída - Ensopado- 1 concha média cheia salada de Alface e tomate - 25 g | Arroz Parboilizado com Açafrão e Cenoura - 2 colher de sopa cheia Feijão preto cozido - 50 g Cubos suíno refogados - 1 colher de sopa cheia Cenoura - Cozido(a) - 1 colher de sopa cheia (picado) salada de Alface e tomate - 25 g | Arroz parboilizado cozido- 1 colher de sopa cheia Feijão preto cozido - 50 g Coxa e sobrecoxa de frango assada - 35 g Batata (não especificada) Assado(a) - 1 colher de sopa cheia Salada de alface, brócolis e tomate - 1 colher de sopa cheia | Arroz parboilizado cozido - 1 colher de sopa cheia Feijão preto cozido 50 g Macarrão - Molho vermelho - 1 escumadeira média cheia Carne moída Ensopado - 1 concha média cheia Salada de repolho e tomate - 1 colher de sopa cheia | Arroz parboilizado cozido - 1 colher de sopa cheia Feijão preto cozido - 50 g Farofa de Couve-Manteiga - 1 caneca Peito de galinha ou frango Grelhado(a)/brasa/churrasco- 1 porção média |
| Lanche da tarde I<br>15h  | Salada de frutas - 1 copo duplo cheio                                                                                                                                                       | Suco de manga - 1 copo duplo cheio Bolo de milho - 1 fatia grande                                                                                                                                                                  | logurte de qualquer sabor- 1 copo pequeno Fruta (não especificada)- 1 unidade média                                                                                                                                                             | Sagu de tapioca - 2 colher de sopa cheia Banana (ouro prata d´água da terra etc.) 1 unidade média                                                                                                                                 | Tortas salgadas de qualquer sabor - 50 g Suco - 1 copo duplo                                                                                                                             |

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DA SEMANA

|                                      |                                 |                                 |                                      |                            |
|--------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------|----------------------------|
| Energia<br>717,73 kcal = 3.002,97 kj | Proteína<br>29,31 g (16,0% VET) | Lipídios<br>20,86 g (25,5% VET) | Carboidratos<br>107,49 g (58,5% VET) | Fibra alimentar<br>11,90 g |
| Cálcio<br>270,86 mg                  | Ferro<br>4,18 mg                | Vitamina A<br>113,02 mcg        | Vitamina C<br>80,43 mg               | Custo<br>R\$ 0,49          |

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

Município de Coronel Domingos Soares, Paraná | Modalidade: Pré-escola (4 - 5 anos) | Zona: Rural | Período: Integral  
SEMANA 3 | 14/09/2026 A 18/09/2026

| REFEIÇÕES                 | SEGUNDA<br>14/09/2026                                                                                                                                                                                                                                                       | TERÇA<br>15/09/2026                                                                                                                                                                                                                | QUARTA<br>16/09/2026                                                                                                                                                                                 | QUINTA<br>17/09/2026                                                                                                                                                                                        | SEXTA<br>18/09/2026                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Café da manhã<br>7h30     | Pão fatiado com geléia de fruta [sem açúcar] - 1 fatia média<br>Café com leite - 1 xícara de chá cheia                                                                                                                                                                      | Bolo de milho - 1 fatia média                                                                                                                                                                                                      | Chá mate orgânico - 1 colher de sopa rasa<br>Pão com ovo - 0,5 unidade                                                                                                                               | Leite aromatizado - 100 g<br>Pão integral com queijo minas - 1 fatia<br>Chá mate infusão 5% - 1 copo pequeno cheio<br>Tortas salgadas de qualquer sabor - 50 g                                              | Chá mate infusão 5% - 1 copo duplo cheio                                                                                                                                                                                                                           |
| Lanche da manhã I<br>9h30 | Mamão - 1 fatia média                                                                                                                                                                                                                                                       | Fruta (não especificada)- 1 unidade média                                                                                                                                                                                          | Banana (ouro prata d´água da terra etc.) - 1 unidade média                                                                                                                                           | Maçã - 1 unidade pequena                                                                                                                                                                                    | Fruta (não especificada) 1 unidade média                                                                                                                                                                                                                           |
| Almoço<br>11h30           | Arroz Parboilizado com Açafrão e Cenoura - 2 colher de sopa cheia<br>Feijão preto cozido - 50 g<br>Farofa de Couve Manteiga - 1 colher de sopa<br>Frango com legumes (exceto batata inhame e aipim) - 80 g<br>Salada de Pepino com Tomate em cubos - 1 colher de sopa cheia | Arroz parboilizado cozido- 1 colher de sopa cheia<br>Feijão preto cozido - 50 g<br>Polenta - 1 colher de arroz rasa<br>Carne moída - Molho vermelho - 1 concha média cheia<br>Salada de repolho e cenoura - 1 colher de sopa cheia | Arroz parboilizado cozido- 1 colher de sopa cheia<br>Feijão preto cozido - 50 g<br>Frango assado com batata doce - 0,5 unidade média<br>Salada de alface, brócolis e tomate - 1 colher de sopa cheia | Arroz Parboilizado com Açafrão - 1 colher de arroz cheia<br>Feijão preto cozido - 50 g<br>Mandioca - 42 g<br>Carne suína - Assado(a)- 1 fatia média<br>Salada de repolho e cenoura - 1 colher de sopa cheia | Arroz parboilizado cozido 1 colher de sopa cheia<br>Feijão preto cozido - 50 g<br>Macarrão Integral ao Molho de Tomate - 1 colher de arroz cheia<br>Frango peito sem pele grelhado - 1 pedaço médio<br>Salada de legumes cozida no vapor - 1 colher de arroz cheia |
| Lanche da tarde I<br>15h  | Vitamina de banana com aveia - 200 g<br>Biscoito doce - 1 unidade média                                                                                                                                                                                                     | Pão de queijo - 50 g<br>Suco de manga - 1 copo pequeno cheio                                                                                                                                                                       | logurte de qualquer sabor- 1 copo duplo                                                                                                                                                              | Salada de frutas - 1 copo duplo cheio                                                                                                                                                                       | Canjica tradicional - 1 colher de sopa cheia<br>Fruta (não especificada)- 1 unidade média<br>Bolo de cenoura - 1 fatia média<br>Suco de abacaxi - 120 g                                                                                                            |

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DA SEMANA

|                                      |                                 |                                 |                                      |                            |
|--------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------|----------------------------|
| Energia<br>679,67 kcal = 2.843,75 kj | Proteína<br>28,43 g (16,3% VET) | Lipídios<br>20,17 g (26,0% VET) | Carboidratos<br>100,88 g (57,8% VET) | Fibra alimentar<br>12,46 g |
| Cálcio<br>265,54 mg                  | Ferro<br>3,16 mg                | Vitamina A<br>86,83 mcg         | Vitamina C<br>54,91 mg               | Custo<br>R\$ 1,33          |

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

Município de Coronel Domingos Soares, Paraná | Modalidade: Pré-escola (4 - 5 anos) | Zona: Rural | Período: Integral  
SEMANA 4 | 21/09/2026 A 25/09/2026

| REFEIÇÕES                 | SEGUNDA<br>21/09/2026                                                                                                                                                                                                                | TERÇA<br>22/09/2026                                                                                                                                                                                               | QUARTA<br>23/09/2026                                                                                                                                                                   | QUINTA<br>24/09/2026                                                                                                                                    | SEXTA<br>25/09/2026                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Café da manhã<br>7h30     | Pão fatiado com geléia de fruta [sem açúcar] - 1 fatia média<br>Café com leite - 1 xícara de chá cheia                                                                                                                               | Bolo de chocolate - 1 fatia média                                                                                                                                                                                 | Chá mate infusão 5% - 1 copo pequeno cheio<br>Pão com ovo - 0,5 unidade                                                                                                                | Café com leite - 1 xícara de chá cheia<br>Pão integral com queijo minas - 1 fatia                                                                       | Leite achocolatado - 1 copo duplo<br>Vitamina de banana 1 copo duplo<br>Biscoito salgado - 20 g                                                                                                         |
| Lanche da manhã I<br>9h30 | Fruta (não especificada)- 1 unidade média                                                                                                                                                                                            | Banana (ouro prata d´água da terra etc.) - 1 unidade média                                                                                                                                                        | Mamão - 1 fatia média                                                                                                                                                                  | Fruta (não especificada)- 1 unidade média                                                                                                               | Mamão - 1 fatia média                                                                                                                                                                                   |
| Almoço<br>11h30           | Arroz parboilizado cozido- 1 colher de sopa cheia<br>Feijão preto cozido - 50 g<br>Ovo de galinha Cozido(a) - 1 unidade média<br>Farofa de Couve Manteiga - 1 colher de sopa<br>Salada de repolho e cenoura - 1 colher de sopa cheia | Arroz parboilizado cozido - 1 colher de sopa cheia<br>Feijão preto cozido - 50 g<br>Quirera não especificada - 60 g<br>Lombo suíno Grelhado(a)/brasa/churrasco- 1 unidade média<br>salada de Alface e tomate 25 g | Arroz parboilizado cozido- 1 colher de sopa cheia<br>Feijão preto cozido - 50 g<br>Purê de batata - 1 colher de sopa cheia<br>Frango com legumes (exceto batata inhame e aipim) - 80 g | Risoto nutritivo de frango (frango, tomate, cenoura, vagem) - 1 colher de sopa cheia (em cubos)<br>Salada de repolho e cenoura - 1 colher de sopa cheia | Arroz parboilizado cozido - 1 colher de sopa cheia<br>Feijão preto cozido 50 g<br>Macarrão com carne 1 colher de sopa cheia<br>salada de Alface e tomate - 25 g                                         |
| Lanche da tarde I<br>15h  | Vitamina de Banana com Aveia - 1 copo pequeno<br>Biscoito doce - 1 unidade média                                                                                                                                                     | Pão de queijo - 50 g<br>Vitamina de mamão - 200 g                                                                                                                                                                 | logurte de qualquer sabor- 1 copo duplo                                                                                                                                                | Salada de frutas - 1 copo pequeno cheio                                                                                                                 | Tortas salgadas de qualquer sabor - 50 g<br>Chá mate infusão 5% - 1 copo duplo cheio<br>Canjica com leite integral - 1 colher de sopa cheia<br>Banana (ouro prata d´água da terra etc.) 1 unidade média |

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DA SEMANA

|                                      |                                 |                                 |                                     |                            |
|--------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|----------------------------|
| Energia<br>658,19 kcal = 2.753,89 kj | Proteína<br>25,44 g (15,0% VET) | Lipídios<br>22,59 g (30,0% VET) | Carboidratos<br>93,38 g (55,0% VET) | Fibra alimentar<br>10,92 g |
| Cálcio<br>383,43 mg                  | Ferro<br>2,87 mg                | Vitamina A<br>119,60 mcg        | Vitamina C<br>67,78 mg              | Custo<br>R\$ 1,09          |