

# SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RESERVA DO IGUAÇU - PR

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

<b>CARDÁPIO ESCOLAR SEM LACTOSE</b> <b>MODALIDADE:</b> Pré-escola (3 a 5 anos) PARCIAL – 8h as 12h Fundamental (6 a 10 anos) INTEGRAL – 8h as 15h <b>ESCOLA MUNICIPAL MONTEIRO LOBATO</b>	<b>Período 01/10 a 31/10/2025 – OUTUBRO</b> Horários de lanches: Lanche manhã 9:30 Almoço 12:00 Lanche tarde 14:35
---	--

HORÁRIO			01-10 QUARTA	02-10 QUINTA	03-10 SEXTA
9:30			Arroz, feijão, estrogonofe bovino sem lactose, batata palha, salada (AF)*	Suco de laranja integral Pão francês com moída ao molho	Arroz, purê de batata sem lactose, coxa ao molho, salada (AF)*
12:00			Arroz, feijão, pernil assado, farofa de repolho	Arroz, feijão, fricassê de frango sem lactose com batata palha, saladas (AF)*	Arroz, feijão, picadinho de carne de gado, farofa de couve, salada (AF)*
14:35			Chá gelado Bolacha caseira sem lactose (AF)*	Arroz doce sem lactose	Laranja (AF)*

HORÁRIO	06-10 SEGUNDA	07-10 TERÇA	08-10 QUARTA	09-10 QUINTA	10-10 SEXTA
9:30	Macarrão ao molho com moída, salada (AF)*	Leite quente sem lactose Pão (AF)* com queijo sem lactose e presunto	Arroz, feijão, bisteca suína, farofa de repolho, salada (AF)*	Yogurte sem lactose Banana	Suco Cachorro quente Picolé de fruta
12:00	Arroz, feijão, ovos mexidos, saladas (AF)*	Arroz, feijão, polenta, frango ao molho, saladas (AF)*	Arroz, feijão, macarrão vermelho com moída, saladas (AF)*	Arroz, feijão carioca, pernil suíno assado, batata doce, saladas (AF)*	Risoto de frango, feijão, salada (AF)*
14:35	Suco de polpa Bolo de milho	Chá Bolacha caseira sem lactose (AF)*	Melancia	Canjica sem lactose	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja)

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO

Jéssica Gonçalves Pereira  
Nutricionista CRN 8-8366

# SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RESERVA DO IGUAÇU - PR

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

HORÁRIO	13-10 SEGUNDA	14-10 TERÇA	15-10 QUARTA	16-10 QUINTA	17-10 SEXTA
9:30	Chá Viradinho de feijão	<i>Leite sem lactose com cacau</i> <i>Pão (AF)* com requeijão sem lactose</i>	<b>Recesso Escolar</b> <b>Dia do professor</b>	Arroz, feijão, iscas de frango, legumes refogados (AF)*	Chá - Bolo de cenoura com cobertura de cacau Maçã
12:00	Arroz, feijão, frango grelhado, quirera, salada (AF)*	Arroz, feijão, ovos mexidos, salada (AF)*		Arroz, feijão, vaca atolada, saladas (AF)*	<i>Arroz, feijão, frango ao molho, purê de batata sem lactose, salada (AF)*</i>
14:35	Suco de laranja integral - Bolo chocolate com cacau	Laranja (AF)*		<i>Canjica sem lactose</i>	<i>Torta de bolacha maisena sem lactose</i>

HORÁRIO	20-10 SEGUNDA	21-10 TERÇA	22-10 QUARTA	23-10 QUINTA	24-10 SEXTA
9:30	Macarrão à bolonhesa, salada (AF)*	<i>Leite quente sem lactose</i> <i>Pão (AF)* com manteiga sem lactose</i>	Quirera com carne de porco, feijão, salada (AF)*	Polenta com, moída ao molho Salada (AF)*	Suco de polpa de fruta Torta de queijo e presunto - Melancia
12:00	Arroz, feijão, bisteca suína, farofa de legumes, salada (AF)*	Arroz, feijão, macarrão com almondegas ao molho, salada (AF)*	<i>Arroz, feijão, ovos mexidos, cenoura cozida ao molho branco sem lactose, salada (AF)*</i>	Arroz, feijão, coxa assada, farofa de legumes, salada (AF)*	Arroz, feijão, quirera, carne suína, salada (AF)*
14:35	<i>Leite sem lactose gelado com cacau</i> <i>Biscoito sem lactose</i>	<i>Chá gelado - Torta de queijo sem lactose e presunto</i>	Pipoca	Maçã	<i>logurte sem lactose</i>

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO

Jéssica Gonçalves Pereira  
Nutricionista CRN 8-8366

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RESERVA DO IGUAÇU - PR

### PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

HORÁRIO	27-10 SEGUNDA	28-10 TERÇA	29-10 QUARTA	30-10 QUINTA	31-10 SEXTA
9:30	Chá Farofinha de ovo	<i>Leite sem lactose com chá</i> <i>Pão (AF)* com doce de</i> <i>fruta</i>	Arroz, feijão, mini hamburguer assado, salada (AF)*	<i>logurte sem lactose</i> <i>Bolacha caseira sem</i> <i>lactose (AF)*</i> <i>Banana</i>	Polenta, moída ao molho, salada (AF)*
12:00	Arroz, feijão, iscas bovinas, legumes refogados, salada (AF)*	Arroz, feijão, lasanha de carne moída, salada (AF)*	Arroz, feijão carioca, pernil suíno assado, batata doce, saladas (AF)*	Arroz, feijão, macarrão vermelho com moída, saladas (AF)*	Risoto de frango, feijão, salada (AF)*
14:35	Pipoca	Suco de polpa Bolo simples de fubá	Melancia	<i>Canjica sem lactose</i>	<i>Torta de bolacha maisena</i> <i>sem lactose</i>

- Nós somos os formadores de hábitos das nossas crianças, cuidado com excesso de sal e açúcar. Em caso de alguma criança com intolerância ou alergia alimentar comunicar a Nutricionista.
- Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE – Manual de Orientação para Alimentação Escolar, conforme Resolução FNDE nº 06, de 08 de maio de 2020.
- Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme Resolução FNDE nº 26/2013.
- **O cardápio poderá sofrer alterações, substituindo-se alimentos por outros de mesmo valor nutricional, caso haja alguma intercorrência, com autorização prévia da Nutricionista.**
- \*Agricultura Familiar.
- Na entrada da manhã poderá ser servido chá e bolacha para os alunos.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO

Jéssica Gonçalves Pereira  
Nutricionista CRN 8-8366