



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIDIAN  POLIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO LIDIAN  POLIS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LIDIAN  POLIS/PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CMEI PINGO DE GENTE
CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: BERÇÁRIO INTEGRAL E PARCIAL (06 meses a 12 meses);

DEZEMBRO /2025

	2� FEIRA – 01/12	3� FEIRA – 02/12	4� FEIRA – 03/12	5� FEIRA – 04/12	6� FEIRA – 05/12
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Franc�s Fórmula Infantil ou leite	Café da manhã: Bolo de cenoura com uva passa sem a���ar Fórmula Infantil ou leite	Café da manhã: CUPCAKE DE BANANA COM UVA PASSA SEM A���AR Fórmula Infantil ou leite	Café da manhã: Ovo Mexido Fórmula Infantil ou leite	Café da manhã: CREPIOCA Fórmula Infantil ou leite
Almoço 10H	Arroz tipo papa / Feij�o/ Ovo mexido/ Sal. Alface e Tomate picadinhos / Sobremesa: Maçã (cozida no microondas por 2 minutos)	Arroz tipo papa / Feij�o/ Coxa e sobrecoxa assada desfiada/ Sal. Couve refogada e beterraba cozida/ Sobremesa: Goiaba sem semente amassada	Arroz tipo papa / Feij�o/ Músculo cozido desfiado/ Sal. Cenoura e brócolis picadinhos / Sobremesa: Manga e kiwi picadinhos	Arroz tipo papa / Feij�o/ Pernil assado desfiado/ Sal. Alface e tomate picadinhos/ Sobremesa: Uva picada em 4 partes no sentido do comprimento	Arroz tipo papa / Feij�o/ Omelete Assado (com cen. e tom.)/ Sal. Couve e chuchu refogados/ Sobremesa: Mamão amassado
Lanche 13H	Fórmula Infantil ou Leite Fruta: Melancia sem semente picadinha	Fórmula Infantil ou Leite Banana amassada	Fórmula Infantil ou Leite CUPCAKE DE BANANA COM UVA PASSA SEM A���AR	Fórmula Infantil ou Leite Fruta: Mel�o sem semente amassado	Fórmula Infantil ou Leite Fruta: Goiaba sem semente amassada
Jantar 15H	Arroz tipo papa / Feij�o/ Carne Moída / Sal. Repolho refogado/ Sobremesa: Laranja (sem pele e sem semente)	Arroz tipo papa / Feij�o/ Pernil assado desfiado/ Sal. Vagem e chuchu cozidos/ Sobremesa: Melancia sem semente picadinha	Arroz tipo papa / Feij�o / Acém picadinho acebolado/ Sal. Repolho e couve refogados/ Sobremesa: Manga e kiwi picadinhos	Arroz tipo papa / Feij�o/ Fil� de frango desfiado/ Sal. Repolho e Tomate picados / Sobremesa: Laranja (sem pele e sem semente)	Arroz tipo papa / Feij�o / M�suclo cozido desfiado/ Sal. Cenoura cozida e pepino picadinho/ Sobremesa: Banana amassada

Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g) 55% a 65% do VET	G.Total (g) 15% a 30% do VET	Prot(g) 10% a 15% do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
Média Semanal Manhã	455	63g/55%	13g/26%	15g/13%	205	34	183	4,27
Média Semanal Tarde	439	61g/56%	12g/25%	18g/16%	180	29	168	3,13
Média Semanal Integral	903	124g/55%	26g/26%	34g/15%	320	31	371	7,12

Cátia C bele Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920

*AS SALADAS E FRUTAS PODEM SOFRER
ALTERAÇÃO CONFORME DISPONIBILIDADE DA
AGRICULTURA FAMILIAR

As frutas deverão ser oferecidas amassadas,
picadas e sem sementes, COM EVOLUÇÃO DE
TEXTURA CONFORME TREINAMENTO

Obs.: Nos intervalos deverá ser oferecido  gua.
Todas as preparações são sem a   ar



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIDIAN  POLIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO LIDIAN  POLIS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LIDIAN  POLIS/PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CMEI PINGO DE GENTE
CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: BERÇÁRIO INTEGRAL E PARCIAL (06 meses a 12 meses);
DEZEMBRO/2025

	2� FEIRA – 08/12	3� FEIRA – 09/12	4� FEIRA – 10/12	5� FEIRA – 11/12	6� FEIRA – 12/12
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Franc�s Fórmula Infantil ou Leite	Café da manhã: Bolo de cenoura com uva passa sem açúcar Fórmula Infantil ou Leite	Café da manhã: Pão Franc�s Fórmula Infantil ou Leite	Café da manhã: Pão de queijo caseiro Fórmula Infantil ou Leite	Café da manhã: Aveioca Fórmula Infantil ou Leite
Almoço 10H	Arroz tipo papa / Feij�o/ Omelete Assado (com cen. e tom.) / Sal. Tomate e Alfaca picadinhos / Sobremesa: Mamão amassado	Arroz tipo papa / Feij�o/ Músculo cozido desfiado/ Sal. Farofa de abobrinha/ cenoura cozida/ Sobremesa: Laranja sem pele e sem semente picadinha	Arroz tipo papa / Feij�o/ Fil� de frango desfiado/ Sal. Vagem cozida/ Sobremesa: Goiaba sem semente amassada	Arroz tipo papa / Feij�o/ Acém picadinho/ Sal. Repolho refogado e Beterraba cozida/ Sobremesa: Banana amassada	Arroz tipo papa / Feij�o/ Carne moída/ Sal. Couve e chuhu refogados/ Sobremesa: Maçã (cozida no microondas por 2 minutos)
Lanche 13H	Fórmula Infantil ou Leite Fruta: Ma�� (cozida no microondas por 2 minutos)	Fórmula Infantil ou Leite Crepio�a	Fórmula Infantil ou Leite Fruta: Uva sem semente corte longitudinal	Fórmula Infantil ou Leite Fruta: Melancia sem semente picadinha	Fórmula Infantil ou Leite Fruta: Pera (cozida no microondas por 2 minutos)
Jantar 15H	Arroz tipo papa / Feij�o/ Polenta/ Carne moída / Sal. Repolho e pepino picados/ Sobremesa: Banana amassada	Arroz tipo papa / Feij�o/ P�rnil assado desfiado/ Batata doce cozida e amassada/ Sal. Tomate picadinho/ Sobremesa: Pera (cozida no microondas por 2 minutos)	Arroz tipo papa / Feij�o/ Músculo cozido desfiado/ Pur� de batata/ Sal. Beterraba e cenoura cozidas/ Sobremesa: Melancia sem semente picada	Arroz tipo papa / Feij�o/ Coxa e sobrecoxa assada desfiada/ Sal. Brócolis cozido/ Sobremesa: Laranja sem pele e sem semente picada	Arroz tipo papa / Feij�o/ Ovo Mexido/ Sal. Couve e vagem refogados/ Sobremesa: Mamão amassado

Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g) 55% a 65% do VET	G.Total (g) 15% a 30% do VET	Prot(g) 10% a 15% do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
Média Semanal Manhã	455	63g/55%	13g/26%	15g/13%	205	34	183	4,27
Média Semanal Tarde	439	61g/56%	12g/25%	18g/16%	180	29	168	3,13
Média Semanal Integral	903	124g/55%	26g/26%	34g/15%	320	31	371	7,12

Cátia Cibeles Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920

*AS SALADAS E FRUTAS PODEM SOFRER
ALTERAÇÕES CONFORME DISPONIBILIDADE DA
AGRICULTURA FAMILIAR

As frutas deverão ser oferecidas amassadas,
picadas e sem sementes, COM EVOLUÇÃO DE
TEXTURA CONFORME TREINAMENTO

Obs.: Nos intervalos deverá ser oferecido  gua.
Todas as preparações são sem açúcar



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIDIAN  POLIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO LIDIAN  POLIS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LIDIAN  POLIS/PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CMEI PINGO DE GENTE
CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: BERÇÁRIO INTEGRAL E PARCIAL (06 meses a 12 meses);
DEZEMBRO/2025

	2� FEIRA – 15/12	3� FEIRA – 16/12	4� FEIRA – 17/12	5� FEIRA – 18/12	6� FEIRA – 19/12
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (Af) Fórmula Infantil ou leite	Café da manhã: Bolo de cenoura com uva passa sem a���ar Fórmula Infantil ou leite	Café da manhã: Ovo Mexido Fórmula Infantil ou leite	Café da manhã: Pão Caseiro (Af) Fórmula Infantil ou leite	Café da manhã: Crepioca Fórmula Infantil ou leite
Almoço 10H	Arroz tipo papa / Feij�o/ Carne Moída / Sal. Repolho e pepino picados / Sobremesa: Banana amassada	Arroz tipo papa / Feij�o/ P�n�il assado desfiado/ Sal. Beterraba cozida / Sobremesa: Pera (cozida no microondas por 2 minutos)	Arroz tipo papa / Feij�o/ Bolinho de care com aveia/ Sal. Abobrinha refogada/ Sobremesa: Maçã (cozida no microondas por 2 minutos)	Arroz tipo papa / Feij�o/ Coxa e sobrecoxa assada desfiada/ Sal. Tomate picadinho e cenoura refogada/ Sobremesa: Laranja sem pele e sem semente picada	Arroz tipo papa / Feij�o/ Ovo mexido/ Sal. Couve e chuchu refogados/ Sobremesa: Uva picada em 4 partes no sentido do comprimento
Lanche 13H	Fórmula Infantil ou leite Fruta: Melancia sem semente picada	Fórmula Infantil ou leite Fruta: Ma�� (cozida no microondas por 2 minutos)	Fórmula Infantil ou leite Fruta: Mel�o sem semente amassado	Fórmula Infantil ou leite Bolo de fubá com uva passa sem a���ar	Fórmula Infantil ou leite Fruta: Mel�o amassado sem semente
Jantar 15H	Arroz tipo papa / Feij�o/ Ovo mexido/ Sal. Couve e tomate refogadas/ Sobremesa: Banana amassada	Arroz tipo papa / Feij�o/ Músculo cozido desfiado/ Sal. Alface e Repolho picadinho / Sobremesa: Laranja sem pele e sem semente picada	Arroz tipo papa/ Feij�o/ Fil� de frango refogado e desfiado/ Sal. Pepino picadinho/ Sobremesa: Melancia sem semente picadinha	Arroz tipo papa / Feij�o/ Acém picadinho./ Sal. Abobrinha e Beterraba cozida / Sobremesa: Banana amassada	Arroz tipo papa / Feij�o/ P�n�il assado desfiado/ Sal. De Pepino e repolho picado/ Sobremesa: Maçã (cozida no microondas por 2 minutos)

Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g) 55% a 65% do VET	G.Total (g) 15% a 30% do VET	Prot(g) 10% a 15% do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
Média Semanal Manhã	457	61 g/53%	12 g/23%	18 g/16%	189	33	171	3,96
Média Semanal Tarde	450	62 g/55%	13 g/26%	18 g/16%	150	38	188	4,10
Média Semanal Integral	908	123 g/54%	26 g/25%	37 g/17%	171,46	46	400	7,98

Cátia Cibeles Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920

*AS SALADAS E FRUTAS PODEM SOFRER
ALTERAÇÕES CONFORME DISPONIBILIDADE DA
AGRICULTURA FAMILIAR

As frutas deverão ser oferecidas amassadas,
picadas e sem sementes, COM EVOLUÇÃO DE
TEXTURA CONFORME TREINAMENTO

Obs.: Nos intervalos deverá ser oferecido  gua.
Todas as preparações são sem a   ar