



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIDIANÓPOLIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO LIDIANÓPOLIS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LIDIANÓPOLIS/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

	2ª FEIRA – 01/12	3ª FEIRA – 02/12	4ª FEIRA – 03/12	5ª FEIRA – 04/12	6ª FEIRA – 05/12
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Francês Fórmula Infantil ou leite	Café da manhã: Bolo de cenoura com uva passa sem açúcar Fórmula Infantil ou leite	Café da manhã: CUPCAKE DE BANANA COM UVA PASSA SEM AÇÚCAR 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 / Feijão/ Ovo mexido/ Sal. Alface e Tomate picadinhos / Sobre mesa: Maçã (cozida no microondas por 2 minutos)	Arroz tipo papa / Feijão/ Coxa e sobrecoxa assada desfiada/ Sal. Couve refogada e beterraba cozida/ Sobre mesa: Goiaba sem semente amassada	Arroz tipo papa / Feijão/ Músculo cozido desfiado/ Sal. Cenoura e brócolis picadinhos / Sobre mesa: Manga e kiwi picadinhos	Arroz tipo papa / Feijão/ Pernil assado desfiado/ Sal. Alface e tomate picadinhos/ Sobre mesa: Uva picada em 4 partes no sentido do comprimento	Arroz tipo papa / Feijão/ Omelete Assado (com cen. e tom.)/ Sal. Couve e chuchu refogados/ Sobre mesa: 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 AÇÚCAR	Fórmula Infantil ou Leite Fruta: Melão sem semente amassado	Fórmula Infantil ou Leite Fruta: Goiaba sem semente amassada
Jantar 15H	Arroz tipo papa / Feijão/ Carne Moída / Sal. Repolho refogado/ Sobre mesa: Laranja (sem pele e sem semente)	Arroz tipo papa / Feijão/ Pernil assado desfiado/ Sal. Vagem e chuchu cozidos/ Sobre mesa: Melancia sem semente picadinha	Arroz tipo papa / Feijão / Acém picadinho acebolado/ Sal. Repolho e couve refogados/ Sobre mesa: Manga e kiwi picadinhos	Arroz tipo papa / Feijão/ Filé de frango desfiado/ Sal. Repolho e Tomate picados / Sobre mesa: Laranja (sem pele e sem semente)	Arroz tipo papa / Feijão / Músculo cozido desfiado/ Sal. Cenoura cozida e pepino picadinho/ Sobre mesa: 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 Cibele 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 água.
Todas as preparações são sem açúcar



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIDIANÓPOLIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO LIDIANÓPOLIS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LIDIANÓPOLIS/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

	2ª FEIRA – 08/12	3ª FEIRA – 09/12	4ª FEIRA – 10/12	5ª FEIRA – 11/12	6ª FEIRA – 12/12
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Francês Fórmula Infantil ou Leite	Café da manhã: Bolo de cenoura com uva passa sem açúcar Fórmula Infantil ou Leite	Café da manhã: Pão Francês 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 / Feijão/ Omelete Assado (com cen. e tom.) / Sal. Tomate e Alface picadinhos / Sobremesa: Mamão amassado	Arroz tipo papa / Feijão/ Músculo cozido desfiado/ Sal. Farofa de abobrinha/ cenoura cozida/ Sobremesa: Laranja sem pele e sem semente picadinha	Arroz tipo papa / Feijão/ Filé de frango desfiado/ Sal. Vagem cozida/ Sobremesa: Goiaba sem semente amassada	Arroz tipo papa / Feijão/ Acém picadinho/ Sal. Repolho refogado e Beterraba cozida/ Sobremesa: Banana amassada	Arroz tipo papa / Feijão/ Carne moída/ Sal. Couve e chuhu refogados/ Sobremesa: Maçã (cozida no microondas por 2 minutos)
Lanche 13H	Fórmula Infantil ou Leite Fruta: Maçã (cozida no microondas por 2 minutos)	Fórmula Infantil ou Leite Crepioca	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 / Feijão/ Polenta/ Carne moída / Sal. Repolho e pepino picados/ Sobremesa: Banana amassada	Arroz tipo papa / Feijão/ Pernil assado desfiado/ Batata doce cozida e amassada/ Sal. Tomate picadinho/ Sobremesa: Pera (cozida no microondas por 2 minutos)	Arroz tipo papa / Feijão/ Músculo cozido desfiado/ Purê de batata/ Sal. Beterraba e cenoura cozidas/ Sobremesa: Melancia sem semente picada	Arroz tipo papa / Feijão/ Coxa e sobrecoxa assada desfiada/ Sal. Brócolis cozido/ Sobremesa: Laranja sem pele e sem semente picada	Arroz tipo papa / Feijão/ 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 Cibele 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 água.
Todas as preparações são sem açúcar**



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIDIANÓPOLIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO LIDIANÓPOLIS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LIDIANÓPOLIS/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

	2ª FEIRA – 15/12	3ª FEIRA – 16/12	4ª FEIRA – 17/12	5ª FEIRA – 18/12	6ª 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 açúcar 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 / Feijão/ Carne Moída / Sal. Repolho e pepino picados / Sobremesa: Banana amassada	Arroz tipo papa / Feijão/ Pernil assado desfiado/ Sal. Beterraba cozida / Sobremesa: Pera (cozida no microondas por 2 minutos)	Arroz tipo papa / Feijão/ Bolinho de care com aveia/ Sal. Abobrinha refogada/ Sobremesa: Maçã (cozida no microondas por 2 minutos)	Arroz tipo papa / Feijão/ Coxa e sobrecoxa assada desfiada/ Sal. Tomate picadinho e cenoura refogada/ Sobremesa: Laranja sem pele e sem semente picada	Arroz tipo papa / Feijão/ 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: Maçã (cozida no microondas por 2 minutos)	Fórmula Infantil ou leite Fruta: Melão sem semente amassado	Fórmula Infantil ou leite Bolo de fubá com uva passa sem açúcar	Fórmula Infantil ou leite Fruta: Melão amassado sem semente
Jantar 15H	Arroz tipo papa / Feijão/ Ovo mexido/ Sal. Couve e tomate refogadas/ Sobremesa: Banana amassada	Arroz tipo papa / Feijão/ Músculo cozido desfiado/ Sal. Alface e Repolho picadinho / Sobremesa: Laranja sem pele e sem semente picada	Arroz tipo papa/ Feijão/ Filé de frango refogado e desfiado/ Sal. Pepino picadinho/ Sobremesa: Melancia sem semente picadinho	Arroz tipo papa / Feijão/ Acém picadinho./ Sal. Abobrinha e Beterraba cozida / Sobremesa: Banana amassada	Arroz tipo papa / Feijão/ Pernil 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 Cibele 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 água.
Todas as preparações são sem açúcar