



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: MATERNAL II INTEGRAL E PARCIAL (> 3 ANOS), PRÉ I E II PARCIAL (03 – 05 ANOS)

Necessidades Alimentares Especiais: Rodrigo da Silva Ferreira (Pré I Tarde) – Al. Leite e der; Liz Loren Ribeiro (Pré II Tarde) – Al. Leite e soja

JULHO/2025

	2ª FEIRA – 30/06	3ª FEIRA – 01/07	4ª FEIRA – 02/07	5ª FEIRA – 03/07	6ª FEIRA – 04/07																																				
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo/ Suco de uva integral	Café da manhã: Ovo Mexico Leite ou Leite de soja + Banana e cacau)	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) e manteiga Suco natural de laranja sem açúcar	Café da manhã: CREPIOCA/ Suco de Uva integral	AULA EXTRA CURRICULAR NOTURNO COM A FAMÍLIA																																				
Almoço 10H	Arroz/ Feijão/ Ovo Mexico / Sal. Pepino e Alface/ Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Acém Picadinho Acebolado/ Sal. Couve e Beterraba/ Sobremesa: Melancia	Arroz/ Feijão / Coxa e Sobrecoxa assada / Sal. Cenoura e Tomate / Sobremesa: Maçã	Arroz/ Feijão/ Músculo Cozido/ Sal. Repolho e Pepino/ Sobremesa: Banana																																					
Lanche 13H	Fruta: Mamão	Fruta: Uva	Fruta: Banana	Fruta: Melancia	AULA EXTRA CURRICULAR NOTURNO COM A FAMÍLIA																																				
Jantar 15H	Arroz/ Feijão/ Carne Moída / Sal. Tomate e Cenoura/ Sobremesa: Maçã	Arroz / Feijão/ Filé de Frango refogado/ Sal. Repolho e chuchu/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão/ Pernil assado/ Sal. Alface e pepino/ Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Omelete Assado (com cen. e tom.)/ Sal. Couve e Brócolis/ Sobremesa: Mamão																																					
<table border="1"> <thead> <tr> <th>Composição Nutricional</th><th>Energia (Kcal)</th><th>Carb (g) 55% a 65% do VET</th><th>G.Total (g) 15% a 30% do VET</th><th>Prot(g) 10% a 15% do VET</th><th>Vit. A (mcg)</th><th>Vit. C (mg)</th><th>Ca (mg)</th><th>Fe (mg)</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Média Semanal Manhã</td><td>455</td><td>63g/55%</td><td>13g/26%</td><td>15g/13%</td><td>205</td><td>34</td><td>183</td><td>4,27</td></tr> <tr> <td>Média Semanal Tarde</td><td>439</td><td>61g/56%</td><td>12g/25%</td><td>18g/16%</td><td>180</td><td>29</td><td>168</td><td>3,13</td></tr> <tr> <td>Média Semanal Integral</td><td>903</td><td>124g/55%</td><td>26g/26%</td><td>34g/15%</td><td>320</td><td>31</td><td>371</td><td>7,12</td></tr> </tbody> </table>						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
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



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: MATERNAL II INTEGRAL E PARCIAL (> 3 ANOS), PRÉ I E II PARCIAL (03 – 05 ANOS)

Necessidades Alimentares Especiais: Rodrigo da Silva Ferreira (Pré I Tarde) – Al. Leite e der; Liz Loren Ribeiro (Pré II Tarde) – Al. Leite e soja

JULHO/2025

	2ª FEIRA – 07/07	3ª FEIRA – 08/07	4ª FEIRA – 09/07	5ª FEIRA – 10/07	6ª FEIRA – 11/07																																				
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com manteiga* e Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: CREPIOCA Suco natural de laranja s/açúcar	Café da manhã: Bolo de banana sem açúcar / Leite ou Leite de soja com banana	Café da manhã: Torta de legumes com queijo (cen., abob. e tomate) / Suco de Uva Integral sem açúcar	RECESSO ESCOLAR																																				
Almoço 10H	Arroz/ Feijão/ Músculo cozido / Sal. Tomate e Alface / Sobremesa: Mamão	Arroz/ Feijão/ Carne moída / Sal. Cenoura e Couve/ Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Pernil Assado/ Sal. Pepino e vagem Sobremesa: Melão	Arroz/ Feijão/ Filé de Coxa e Sobrecoxa Assada / Sal. Brócolis e Beterraba/ Sobremesa: Banana																																					
Lanche 13H	Fruta: Maçã	Fruta: Melão	Fruta: Maçã	Fruta: Melancia	RECESSO ESCOLAR																																				
Jantar 15H	Arroz/ Feijão/ Filé de Tilápia assado / Sal. Repolho e Pepino/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão / Filé De Frango Refogado/ Sal. Alface e Beterraba/ Sobremesa: Pera	Arroz / Feijão/ Filé de Tilápia ao molho de tomate/ Sal. Couve e Tomate / Sobremesa: Melancia	Arroz/ Feijão/ Acém Picadinho / Sal. Cenoura e chuchu / Sobremesa: Laranja																																					
<table border="1"> <thead> <tr> <th>Composição Nutricional</th><th>Energia (Kcal)</th><th>Carb (g) 55% a 65% do VET</th><th>G.Total (g) 15% a 30% do VET</th><th>Prot(g) 10% a 15% do VET</th><th>Vit. A (mcg)</th><th>Vit. C (mg)</th><th>Ca (mg)</th><th>Fe (mg)</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Média Semanal Manhã</td><td>454</td><td>61 g/53%</td><td>12 g/24%</td><td>16 g/14%</td><td>162</td><td>41</td><td>179</td><td>4,91</td></tr> <tr> <td>Média Semanal Tarde</td><td>449</td><td>62 g/55%</td><td>13 g/26%</td><td>17 g/15%</td><td>185</td><td>32</td><td>185</td><td>4,83</td></tr> <tr> <td>Média Semanal Integral</td><td>903</td><td>124 g/55%</td><td>26 g/25%</td><td>34 g/15%</td><td>310</td><td>39</td><td>430</td><td>8,16</td></tr> </tbody> </table>						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	454	61 g/53%	12 g/24%	16 g/14%	162	41	179	4,91	Média Semanal Tarde	449	62 g/55%	13 g/26%	17 g/15%	185	32	185	4,83	Média Semanal Integral	903	124 g/55%	26 g/25%	34 g/15%	310	39	430	8,16
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	454	61 g/53%	12 g/24%	16 g/14%	162	41	179	4,91																																	
Média Semanal Tarde	449	62 g/55%	13 g/26%	17 g/15%	185	32	185	4,83																																	
Média Semanal Integral	903	124 g/55%	26 g/25%	34 g/15%	310	39	430	8,16																																	

Cátia Cibele Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920

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



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: MATERNAL II INTEGRAL E PARCIAL (> 3 ANOS), PRÉ I E II PARCIAL (03 – 05 ANOS)

Necessidades Alimentares Especiais: Rodrigo da Silva Ferreira (Pré I Tarde) – Al. Leite e der; Liz Loren Ribeiro (Pré II Tarde) – Al. Leite e soja

JULHO/2025

	2ª FEIRA – 28/07	3ª FEIRA – 29/07	4ª FEIRA – 30/07	5ª FEIRA – 31/07	6ª FEIRA – 01/08
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com manteiga * e Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: Ovo mexido Suco natural de laranja s/açúcar	Café da manhã: Pão Caseiro (AF)com queijo Vitamina (Leite + Leite em pó ou Leite de soja + Banana e Morango)	Café da manhã: Bolo de Fubá com uva passa sem açúcar/ Suco de Uva Integral sem açúcar	Café da manhã: Torta de carne moída com legumes (cen., abob. e tomate)/ Vitamina (Leite + Leite em pó) ou Leite de soja com banana e manga)
Almoço 10H	Arroz/ Feijão/ Ovo Mexido / Sal. Pepino e Alface/ Sobremesa: Maçã	Arroz/ Feijão/ Filé de Tilápia Assada/ Sal. Brócolis e Cenoura/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão / Músculo cozido com batata / Sal. Repolho e Vagem/ Sobremesa: Mamão	Arroz/ Feijão/ Bolinho de carne com aveia/ Sal. Tomate e Couve/ Sobremesa: Melancia	Arroz/ Feijão/ Pernil Assado/ Sal. Pepino e Beterraba Sobremesa: Uva
Lanche 13H	Fruta: Melancia	Crepioca + Pera	Fruta: Uva	Fruta: Banana	Fruta: Mamão
Jantar 15H	Arroz/ Feijão/ Carne Moída / Sal. Couve e Tomate/ Sobremesa: Banana	Arroz / Feijão/ Filé de Frango refogado/ Sal. Repolho e Alface/ Sobremesa: Melão	Arroz/ Feijão/ Acém picadinho / Sal. Chuchu e Brócolis/ Sobremesa: Maçã	Arroz/ Feijão/ Omelete Assado (com cen. e tom.)/ Sal. Pepino e Beterraba/ Sobremesa: Uva	Arroz / Feijão/ Filé de Tilápia ao molho de tomate/ Sal. Cenoura e Repolho / Sobremesa: Laranja

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	456	61 g/54%	13 g/26%	17 g/15%	171	45	184	3,89
Média Semanal Tarde	450	62 g/55%	14 g/28%	16 g/14%	167	47	190	4,20
Média Semanal Integral	907	123g/54%	28 g/27%	34 g/14%	353	42	446	7,90

Cátia Cibele Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920

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