



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);

MARÇO/2025

	2� FEIRA – 03/03	3� FEIRA - 04/03	4� FEIRA - 05/03	5� FEIRA - 06/03	6� FEIRA - 07/03
Café da manhã 08H	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Café da manhã: Pão Franc�s (retirar casca)/ Fórmula Infantil	Café da manhã: Ovo Mexido Fórmula Infantil
Almoço 10H				Arroz tipo papa/ Feijão / Carne moída/ /Sal. Cenoura cozida e amassada e pepino picadinho/ Sobremesa: Banana amassada	Arroz tipo papa / Feijão / Músculo cozido desfiado/ Sal. Beterraba cozida e tomate picadinho Sobremesa: Melancia sem semente
Lanche 13H	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Fórmula Infantil Mingau de aveia com uva passa sem açúcar	Fórmula Infantil Crepioca
Jantar 15H				Arroz tipo papa / Feijão / Filé de frango desfiado refogado/ Sal. Repolho e tomate picadinhos Sobremesa: Mel�o picadinho	Arroz tipo papa / Feijão /P�nil assado desfiado com batata/ Sal. Cenoura cozida Sobremesa: Laranja sem pele e sem semente

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 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);

MARÇO/2025

	2ª FEIRA - 10/03	3ª FEIRA - 11/03	4ª FEIRA - 12/03	5ª FEIRA - 13/03	6ª FEIRA - 14/03
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (Af) Fórmula Infantil	Café da manhã: Torta de legumes com queijo (cen., abob. e tomate) Fórmula Infantil	Café da manhã: Pão Caseiro (Af) Fórmula Infantil	Café da manhã: CREPIOCA Fórmula Infantil	Café da manhã: Pão de queijo Fórmula Infantil
Almoço 10H	Arroz tipo papa / Feijão/ Polenta/ Carne Moída / Sal. Couve e cenoura refogados/ Sobremesa: Maçã (cozida no microondas por 2 minutos)	Arroz tipo papa / Feijão/ Filé de frango refogado desfiado/ Sal. Repolho e Chuchu refogados/ Sobremesa: Pitaya amassada	Arroz tipo papa / Feijão/ Bolinho de carne com aveia assado e picado / Sal. Chicória picado e Brócolis cozido/ Sobremesa: Goiaba sem semente amassada	Arroz tipo papa / Feijão/ Omelete Assado (com cen. e tom.)/ Sal. Pepino picado e Beterraba ralada/ Sobremesa: Melancia sem semente picada	Arroz tipo papa / Feijão/ Filé de Tilápia ao molho desfiado/ Sal. Abóbora refogada e repolho picado/ Sobremesa: Mamão amassado
Lanche 13H	Fórmula Infantil Fruta: Mamão amassado	Fórmula Infantil Mingau De Aveia Com Banana E Uva Passa	Fórmula Infantil Fruta: Melancia amassada sem semente	Fórmula Infantil Fruta: Banana amassada	Fórmula Infantil Fruta: Laranja sem pele e sem semente
Jantar 15H	Arroz tipo papa / Feijão/ Ovo mexido/ Sal. Pepino e Tomate picadinhos / Sobremesa: Melão amassado	Arroz tipo papa / Feijão/ Acém picadinho acebolado/ Sal. Pepino picado e Cenoura ralada/ Sobremesa: Banana amassada	Arroz tipo papa / Feijão / Coxa e Sobrecoxa assada desfiada com batata doce/ Sal. Repolho picado e Vagem cozida/ Sobremesa: Mamão amassado	Arroz tipo papa / Feijão/ Músculo Cozido desfiado / Sal. Tomate picado e Abóbora cozida/ Sobremesa: Goiaba sem semente amassada	Arroz tipo papa / Feijão / Pernil Assado desfiado/ Sal. Couve e Cenoura Refogados/ Sobremesa: Pitaya 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	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

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);

MARÇO/2025

	2� FEIRA - 17/03	3� FEIRA - 18/03	4� FEIRA - 19/03	5� FEIRA - 20/03	6� FEIRA - 21/03
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (Af) Fórmula Infantil	CAPACITAÇÃO PROFESSORES	Café da manhã: Pão Caseiro (Af) Fórmula Infantil	Café da manhã: Ovo cozido Fórmula Infantil	Café da manhã: Pão De queijo Fórmula Infantil
Almoço 10H	Arroz tipo papa / Feijão/ Ovo Mexido / Sal. Tomate e Alface picadinhos / Sobremesa: Goiaba sem semente amassada		Arroz tipo papa / Feijão / P�nfil Assado desfiado com batata doce/ Sal. Vagem cozida e Repolho picado/ Sobremesa: Laranja sem pele e sem semente picada	Arroz tipo papa / Feijão/ Filé de Coxa e Sobrecoxa Assada desfiada/ Sal. Abobrinha e Beterraba cozidos/ Sobremesa: Banana amassada	Arroz tipo papa / Feijão/ Músculo cozido desfiado cm cenoura/ Sal. Couve refogados/ Sobremesa: Mamão amassado
Lanche 13H	Fórmula Infantil Fruta: Laranja sem pele e sem semente picada	CAPACITAÇÃO PROFESSORES	Fórmula Infantil Fruta: Banana amassada	Fórmula Infantil Fruta: Abacaxi picado e amassado	Fórmula Infantil Fruta: Ma�� (cozida no microondas por 2 minutos)
Jantar 15H	Arroz tipo papa / Feijão/ Filé de Tilápia assado desfiado / Sal. Repolho e Pepino picados/ Sobremesa: Banana amassada		Arroz tipo papa / Feijão/ Canjiquinha/ Carne moída / Sal. Alface picado e Cenoura ralada/ Sobremesa: Goiaba sem semente amassada	Arroz tipo papa / Feijão/ Acém Picadinho com Pimentão / Sal. Repolho e Tomate refogados/ Sobremesa: Mel�o amassado	Arroz tipo papa / Feijão/ Omelete assado (com cen. E tom)/ Sal. Brócolis cozido e pepino picadinho/ Sobremesa: Uva picada em 4 partes no sentido do comprimento

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 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



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);
MARÇO/2025

	2� FEIRA - 24/03	3� FEIRA - 25/03	4� FEIRA - 26/03	5� FEIRA - 27/03	6� FEIRA - 28/03
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (Af) Fórmula Infantil	Café da manhã: Aveioca Fórmula Infantil	Café da manhã: Pão Caseiro (Af) Fórmula Infantil	Café da manhã: Bolo de cenoura com uva passa sem a�ugar Fórmula Infantil	Café da manhã: Torta De carne moída com legumes (cen., abob. e tom) Fórmula Infantil
Almoço 10H	Arroz tipo papa / Feijão/ Ovo mexido / Sal. Tomate e pepino picados / Sobremesa: Mel�o amassado	Arroz tipo papa / Feijão/ Acém Picadinho acebolado / Sal. Pepino picadinho e cenoura cozida / Sobremesa: Banana amassada	Arroz tipo papa / Feijão/Coxa e sobrecoxa assada desfiada com batata doce / Sal. Vagem cozida e Repolho picado/ Sobremesa: Mamão amassado	Arroz tipo papa / Feijão/ Músculo cozido desfiado com batata doce/ Sal. Abóbora cozida/ Sobremesa: Goiaba sem semente amassada	Arroz tipo papa / Feijão/ P�rnil assado desfiado / Sal. Couve e cenoura refogada/ Sobremesa: Pitaya amassada
Lanche 13H	Fórmula Infantil Fruta: Laranja sem pele e sem semente picada	Fórmula Infantil Fruta: Mel�o amassado	Fórmula Infantil Fruta: Uva picada em 4 partes no sentido do comprimento	Fórmula Infantil Fruta: Banana amassada	Fórmula Infantil Fruta: Mel�o amassado
Jantar 15H	Arroz tipo papa / Feijão/ Polenta/ Carne Moída / Sal. Couve e Cenoura refogadas/ Sobremesa: Maçã (cozida no microondas por 2 minutos)	Arroz tipo papa / Feijão/ Filé de Frango refogado desfiado/ Sal. Chuchu cozido e Repolho picadinho / Sobremesa: Pitaya amassado	Arroz tipo papa / Feijão/ Bolinho de carne com aveia picadinho/ Sal. Chic�rea picadinha e Brócolis cozido/ Sobremesa: Goiaba sem semente amassada	Arroz tipo papa / Feijão/ Omelete assado com cen. e tom./ Sal. Beterraba cozida / Sobremesa: Melancia picada	Arroz tipo papa / Feijão/ Filé de Tilápia ao molho desfiado/ Sal. De Abóbora cozida e repolho picado/ 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	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 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);

MARÇO/2025

	2� FEIRA - 31/03	3� FEIRA – 01/04	4� FEIRA – 02/04	5� FEIRA – 03/04	6� FEIRA – 04/04
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão caseiro (AF) Fórmula Infantil	Café da manhã: Torta de legumes com queijo (cen., abobrinha e tom.) Fórmula Infantil	Café da manhã: Pão caseiro (AF) Fórmula Infantil	Café da manhã: Crepioca Fórmula Infantil	Café da manhã: Pão de queijo picadinho Fórmula Infantil
Almoço 10H	Arroz tipo papa / Feijão/ Filé de tilapia assado desfiado/ Sal. Repolho e couve refogados/ Sobremesa:	Arroz tipo papa / Feijão/ Filé de frango refogado desfiado com mandioquinha salsa / Sal. Pepino e tomate picadinho/ Sobremesa: abacaxi picadinho	Arroz tipo papa / Feijão/ Canjiquinha/ Carne moída / Sal. Alface picado e cenoura ralada/ Sobremesa: Goiaba sem semente amassada	Arroz tipo papa / Feijão/ Av�m Picadinho/ Sal. Repolho e tomate picadinhos/ Sobremesa: Mel�o sem semente amassado	Arroz tipo papa / Feijão/ Omelete assado (com cen. e tom.) / Sal. Brócolis cozido/ Sobremesa: Uva picada em 4 partes no sentido do comprimento
Lanche 13H	Fórmula Infantil Fruta: Mamão amassado	Fórmula Infantil Fruta: Mingau de aveia sem a���ar com uva passada	Fórmula Infantil Fruta: Melancia sem semente picadinha	Fórmula Infantil Fruta: Banana amassada	Fórmula Infantil Fruta: Laranja sem pele e sem semente picada
Jantar 15H	Arroz tipo papa / Feijão/ Ovo mexido / Sal. Tomate e alface picadinhos/ Sobremesa: Goiaba sem semente amassada	Arroz tipo papa / Feijão/ Quibe assado picadinho/ Sal.Cenoura e Brócolis cozidos / Sobremesa: Maçã (cozida no microondas por 2 minutos)	Arroz tipo papa / Feijão/ P�rn�il assado e desfiado com batata doce/ Sal. Vagem cozida e repolho picado/ Sobremesa: Laranja sem pele e sem semente picada	Arroz tipo papa / Feijão/ Filé de coxa e sobrecoxa assada desfiada/ Sal. Abobrinha e Beterraba cozidos/ Sobremesa: Banana amassada	Arroz tipo papa / Feijão/ Músculo cozido e desfiado com cenoura/ Sal. Couve refogada 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	456	60 g/53%	11 g/21%	18 g/15%	230	34	169	4,20
Média Semanal Tarde	410	58 g/57%	13 g/28%	18 g/18%	193	38	185	4,50
Média Semanal Integral	909	130 g/58%	28 g/27%	36 g/16%	188	41	380	8,86

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