



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**

MARÇO/2025

	2ª FEIRA – 03/03	3ª FEIRA - 04/03	4ª FEIRA - 05/03	5ª FEIRA - 06/03	6ª FEIRA - 07/03
Café da manhã 08H	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Café da manhã: Pão Francês com manteiga* (Leite + Leite em pó ou Leite de soja + cacau)	Café da manhã: Ovo mexido Suco de uva integral
Almoço 10H	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Arroz/ Feijão / Carne Moída/ Sal. Pepino e Cenoura/ Sobremesa: Maçã	Arroz/ Feijão / Músculo Cozido/ Sal. Beterraba e Tomate Sobremesa: Melancia
Lanche 13H				Mingau de aveia com uva passa	Crepioca
Jantar 15H	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Arroz/ Feijão / Filé de Frango refogado/ Sal. Repolho e Tomate Sobremesa: Melão	Arroz/ Feijão /Pernil Assado com batata/ Sal. Pepino 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	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 Cibebe 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**

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) com queijo/ Suco de uva integral	Café da manhã: Torta de legumes com queijo (cen., abob. e tomate) 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	Café da manhã: Pão de queijo / Leite ou Leite de soja com banana e abacate
Almoço 10H	Arroz/ Feijão/ Polenta/ Carne Moída / Sal. Couve e Cenoura/ Sobremesa: Maçã	Arroz / Feijão/ Filé de Frango refogado ao molho / Sal. Repolho e Chuchu / Sobremesa: Pitaya	Arroz/ Feijão/ Bolinho de carne com aveia / Sal. Chicória e Brócolis/ Sobremesa: Goiaba	Arroz/ Feijão/ Omelete Assado (com cen. e tom.)/ Sal. Pepino e Beterraba/ Sobremesa: Melancia	Arroz / Feijão/ Filé de Tilápia ao molho de tomate/ Sal. Abóbora e Repolho / Sobremesa: Mamão
Lanche 13H	Fruta: Mamão	Mingau De Aveia Com Banana E Uva Passa+ Uva	Fruta: Melancia	Fruta: Banana	Fruta: Laranja
Jantar 15H	Arroz/ Feijão/ Ovo Mexido / Sal. Pepino e Tomate/ Sobremesa: Melão	Arroz/ Feijão/ Acém Picadinho Acebolado/ Sal. Pepino e Cenoura/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão / Coxa e Sobrecoxa assada com batata doce/ Sal.Repolho e Vagem/ Sobremesa: Mamão	Arroz/ Feijão/ Músculo Cozido com Batata Doce/ Sal. Tomate e Abóbora/ Sobremesa: Goiaba	Arroz/ Feijão/ Pernil Assado/ Sal. Couve e Cenoura Sobremesa: Pitaya

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 Cibeles 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**

MARÇO/2025

	2ª FEIRA - 17/03	3ª FEIRA - 18/03	4ª FEIRA - 19/03	5ª FEIRA - 20/03	6ª FEIRA - 21/03
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 Pão Caseiro (AF) queijo Vitamina (Leite + Leite em pó ou Leite de soja + Banana e Morango)	Café da manhã: Ovo cozido/ Suco de Uva Integral sem açúcar	Café da manhã: Pão de queijo/ Vitamina (Leite + Leite em pó) ou Leite de soja com banana e manga
Almoço 10H	Arroz/ Feijão/ Ovo mexido / Sal. Tomate e Alface / Sobremesa: Goiaba	Arroz/ Feijão/ Quibe assado / Sal. Cenoura e Brócolis/ Sobremesa: Maçã	Arroz/ Feijão / Pernil Assado com batata doce/ Sal. Vagem e Repolho/ Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Filé de Coxa e Sobrecoxa Assada / Sal. Abobrinha e Beterraba/ Sobremesa: Banana	Arroz / Feijão/ Músculo cozido com cenoura/ Sal. Couve/ Sobremesa: Mamão
Lanche 13H	Fruta: Laranja	Bolo De Banana Com Uva Passa + Melão	Fruta: Banana	Fruta: Abacaxi	Fruta: Maçã
Jantar 15H	Arroz/ Feijão/ Filé de Tilápia assado / Sal. Repolho e couve/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão / Filé De Frango Refogado com mandioquinha salsa / Sal. Pepino e Tomate / Sobremesa: Abacaxi	Arroz/ Feijão/Canjiquinha/ Carne moída / Sal. Alface e Cenoura/ Sobremesa: Goiaba	Arroz/ Feijão/ Acém Picadinho com Pimentão / Sal. Repolho e Tomate/ Sobremesa: Melão	Arroz/ Feijão/ Omelete Assado (com cen. e tom.) / Sal. Brócolis e Pepino/ Sobremesa: Uva

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



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**

MARÇO/2025

	2ª FEIRA - 24/03	3ª FEIRA - 25/03	4ª FEIRA - 26/03	5ª FEIRA - 27/03	6ª FEIRA - 28/03
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com manteiga * e Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: AVEIOCA 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 cenoura 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 Tomate/ Sobremesa: Melão	Arroz/ Feijão/ Acém Picadinho Acebolado/ Sal. Pepino e Cenoura/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão / Coxa e Sobrecoxa assada com batata doce/ Sal. Repolho e Vagem/ Sobremesa: Mamão	Arroz/ Feijão/ Músculo Cozido com Batata Doce/ Sal. Tomate e Abóbora/ Sobremesa: Goiaba	Arroz/ Feijão/ Pernil Assado/ Sal. Couve e Cenoura Sobremesa: Pitaya
Lanche 13H	Fruta: Laranja	Crepioca + Melão	Fruta: Uva	Fruta: Banana	Fruta: Melão
Jantar 15H	Arroz/ Feijão/ Polenta/ Carne Moída / Sal. Couve e Cenoura/ Sobremesa: Maçã	Arroz / Feijão/ Filé de Frango refogado ao molho / Sal. Repolho e Chuchu / Sobremesa: Pitaya	Arroz/ Feijão/ Bolinho de carne com aveia / Sal. Chicória e Brócolis/ Sobremesa: Goiaba	Arroz/ Feijão/ Omelete Assado (com cen. e tom.)/ Sal. Pepino e Beterraba/ Sobremesa: Melancia	Arroz / Feijão/ Filé de Tilápia ao molho de tomate/ Sal. Abóbora e Repolho / Sobremesa: Mamão

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



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 (Pr   I Tarde) – **Al. Leite e der;** Liz Loren Ribeiro (Pr   II Tarde) – **Al. Leite e soja**

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) com queijo/ Suco de uva integral	Café da manhã: Torta de legumes com queijo (cen., abob. e tomate) Leite ou Leite de soja + Banana e cacau)	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) e manteiga Suco natural de laranja sem a���ar	Café da manhã: CREPIOCA/ Suco de Uva integral	Café da manhã: Pão de queijo/ Leite ou Leite de soja com banana e abacate
Almoço 10H	Arroz/ Feijão/ Filé de Tilápia assado / Sal. Repolho e couve/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão / Filé De Frango Refogado com mandioquinha salsa / Sal. Pepino e Tomate / Sobremesa: Abacaxi	Arroz/ Feijão/Canjiquinha/ Carne moída / Sal. Alface e Cenoura/ Sobremesa: Goiaba	Arroz/ Feijão/ Acém Picadinho com Pimentão / Sal. Repolho e Tomate/ Sobremesa: Mel�o	Arroz/ Feij�o/ Omelete Assado (com cen. e tom.) / Sal. Brócolis e Pepino/ Sobremesa: Uva
Lanche 13H	Fruta: Mam�o	Mingau De Aveia Com Banana E Uva Passa+ Uva	Fruta: Melancia	Fruta: Banana	Fruta: Laranja
Jantar 15H	Arroz/ Feij�o/ Ovo mexido / Sal. Tomate e Alface / Sobremesa: Goiaba	Arroz/ Feij�o/ Quibe assado / Sal. Cenoura e Brócolis/ Sobremesa: Ma��	Arroz/ Feij�o / Pernil Assado com batata doce/ Sal. Vagem e Repolho/ Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Filé de Coxa e Sobrecoxa Assada / Sal. Abobrinha e Beterraba/ Sobremesa: Banana	Arroz / Feijão/ Músculo cozido com cenoura/ Sal. Couve/ Sobremesa: Mamão

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**