



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);

NOVEMBRO /2025

| | 2ª FEIRA – 03/11 | 3ª FEIRA –04/11 | 4ª FEIRA – 05/11 | 5ª FEIRA – 06/11 | 6ª FEIRA – 07/11 |
|----------------------|---|---|---|---|---|
| Café da manhã 08H | Café da manhã: Pão Caseiro (Af) Fórmula Infantil ou leite | Café da manhã: Bolo de banana com uva passa sem açúcar Fórmula Infantil ou leite | Café da manhã: Pão Caseiro (Af) 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/ Carne Moída / Sal. Repolho refogado/ Sobremesa: Laranja (sem pele e sem semente) | Arroz tipo papa / Feijão/ Coxa e sobrecoxa assada desfiada/ Sal. Couve refogada e beterraba cozida/ Sobremesa: Goiaba sem semente amassada | Arroz tipo papa / Feijão/ Músculo cozido desfiado/ Sal. Cenoura e brócolis picadinhos / Sobremesa: Goiaba sem semente amassada | Arroz tipo papa / Feijão/ Pernil assado desfiado/ Sal. Alface e tomate picadinhos/ Sobremesa: Uva picada em 4 partes no sentido do comprimento | Arroz tipo papa / Feijão/ 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 Fruta: Bolo 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/ Ovo mexido/ Sal. Alface e Tomate picadinhos / Sobremesa: Maçã (cozida no microondas por 2 minutos) | Arroz tipo papa / Feijão/ Pernil assado desfiado/ Sal. Vagem e chuchu cozidos/ Sobremesa: Melancia sem semente picadinha | Arroz tipo papa / Feijão / Acém picadinho acebolado/ Sal. Repolho e couve refogados/ Sobremesa: Mamão amassado | Arroz tipo papa / Feijão/ Filé de frango desfiado/ Sal. Repolho e Tomate picados / Sobremesa: Laranja (sem pele e sem semente) | Arroz tipo papa / Feijão / Músculo 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 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);

NOVEMBRO/2025

| | 2ª FEIRA – 10/11 | 3ª FEIRA – 11/11 | 4ª FEIRA – 12/11 | 5ª FEIRA – 13/11 | 6ª FEIRA – 14/11 |
|------------------------------|--|--|--|--|---|
| 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: Pão Caseiro (Af) Fórmula Infantil ou Leite | Café da manhã: Pão de queijo caseiro Fórmula Infantil ou Leite | Café da manhã: Quibe assado Fórmula Infantil ou Leite |
| Almoço 10H | Arroz tipo papa / Feijão/ Omelete Assado (com cen. e tom.) / Sal. Tomate e Alface picadinhos / Sobre mesa: Mamão amassado | Arroz tipo papa / Feijão/ Músculo cozido desfiado/ Sal. Farofa de abobrinha/ cenoura cozida/ Sobre mesa: Laranja sem pele e sem semente picadinha | Arroz tipo papa / Feijão/ Filé de frango desfiado/ Sal. Vagem cozida/ Sobre mesa: Goiaba sem semente amassada | Arroz tipo papa / Feijão/ Acém picadinho/ Sal. Repolho refogado e Beterraba cozida/ Sobre mesa: Banana amassada | Arroz tipo papa / Feijão/ Carne moída/ Sal. Couve e chuhu refogados/ Sobre mesa: 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/ Sobre mesa: Banana amassada | Arroz tipo papa / Feijão/ Pernil assado desfiado/ Batata doce cozida e amassada/ Sal. Tomate picadinho/ Sobre mesa: Pera (cozida no microondas por 2 minutos) | Arroz tipo papa / Feijão/ Músculo cozido desfiado/ Purê de batata/ Sal. Beterraba e cenoura cozidas/ Sobre mesa: Melancia sem semente picada | Arroz tipo papa / Feijão/ Coxa e sobrecoxa assada desfiada/ Sal. Brócolis cozido/ Sobre mesa: Laranja sem pele e sem semente picada | Arroz tipo papa / Feijão/ Ovo Mexido/ Sal. Couve e vagem refogados/ Sobre mesa: Goiaba sem semente 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);

NOVEMBRO/2025

| | 2ª FEIRA – 17/11 | 3ª FEIRA – 18/11 | 4ª FEIRA – 19/11 | 5ª FEIRA – 20/11 | 6ª FEIRA – 21/11 |
|----------------------|---|--|---|------------------|------------------|
| Café da manhã 08H | Café da manhã: Pão Caseiro (Af) Fórmula Infantil ou Leite | Café da manhã: Crepioca Fórmula Infantil ou Leite | Café da manhã: Pão Caseiro (Af) Fórmula Infantil ou Leite | | |
| Almoço 10H | Arroz tipo papa / Feijão/ Ovo mexido / Sal. Tomate e alface picados / Sobremesa: Maçã (cozida no microondas por 2 minutos) | Arroz tipo papa / Feijão/ Bolinho de carne com aveia picadinho/ Sal. Vagem e chuchu cozidos / Sobremesa: Laranja sem pele e sem semente picadinhos | Arroz tipo papa / Feijão/ Polenta/ Acém picadinho/ Sal. Repolho e couve refogados/ Sobremesa: Mamão amassado | FERIADO | RECESSO |
| Lanche 13H | Fórmula Infantil ou Leite Fruta: Melancia sem semente picada | Fórmula Infantil ou Leite Fruta: Banana amassada | Fórmula Infantil ou Leite Fruta: Uva picada em 4 partes no sentido do comprimento | | |
| Jantar 15H | Arroz tipo papa / Feijão/ Carne Moída / Sal. Pepino e repolho picadinhos/ Sobremesa: Laranja sem pele e sem semente picadinhos | Arroz tipo papa / Feijão/ Coxa e sobrecoxa assada desfiada/ Sal. Couve refogada e beterraba ralada / Sobremesa: Uva picada em 4 partes no sentido do comprimento | Arroz tipo papa / Feijão/ Omelete assado (cen. Tomat)/ Sal. Cenoura e Brócolis cozido/ Sobremesa: Goiaba sem semente amassada | FERIADO | RECESSO |

| 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

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



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);

NOVEMBRO/2025

| | 2ª FEIRA – 24/11 | 3ª FEIRA – 25/11 | 4ª FEIRA – 26/11 | 5ª FEIRA – 27/11 | 6ª FEIRA – 28/11 |
|------------------------------|---|--|-------------------|--|---|
| 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: 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) | MOSTRA PEDAGÓGICA | 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 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 | MOSTRA PEDAGÓGICA | 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