



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

NOVEMBRO/2025

	2� FEIRA – 03/11	3� FEIRA –04/11	4� FEIRA – 05/11	5� FEIRA – 06/11	6� FEIRA – 07/11
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo/ Suco de uva integral	Café da manhã: Bolo de banana com uva passa sem açúcar Leite ou Leite de soja + cacau	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) e manteiga Suco natural de laranja sem açúcar	Café da manhã: Ovo Mexido Leite ou Leite de soja + leite em p�* + morango	Café da manhã: Crepioca Suco de Laranja sem açúcar
Almoço 10H	Arroz/ Feijão/ Macarronada/ Carne Moída / Sal. Pepino e Repolho/ Sobremesa: Laranja	Arroz / Feijão/ Coxa e sobrecoxa assada com batata/ Sal. Couve e Beterraba/ Sobremesa: Goiaba	Arroz/ Feijão/ Músculo ao molho / Sal. Cenoura e brócolis/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão/ Pernil assado/ Sal. Alface e tomate/ Sobremesa: Uva	Arroz/ Feijão/ Omelete Assado (com cen. e tom.)/ Sal. Couve e chuchu/ Sobremesa: Mamão
Lanche 13H	Fruta: Melancia	Fruta: Banana	Bolo de Banana com aveia e uva passa sem açúcar + Pera	Fruta: Mel�o	Fruta: Goiaba
Jantar 15H	Arroz/ Feijão/ Ovo Mexido / Sal. Tomate e Alface/ Sobremesa: Maçã	Arroz/ Feijão/ Pernil assado/ Sal. Vagem e chuchu/ Sobremesa: Melancia	Arroz/ Feijão/ Acém picado acebolado/ Sal. Repolho e Couve/ Sobremesa: Mamão	Arroz/ Feijão / Fil� de frango refogado/ Sal. Repolho e Tomate / Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Músculo Cozido/ Sal. Cenoura e Pepino/ Sobremesa: Banana

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



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

NOVEMBRO /2025

	2� FEIRA – 10/11	3� FEIRA – 11/11	4� FEIRA – 12/11	5� FEIRA – 13/11	6� FEIRA – 14/11
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com manteiga* e Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: Bolo de cenoura com uva passa sem a���ar Suco natural de laranja s/a���ar	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo* Suco de Uva Integral sem a���ar	Café da manhã: Pão de queijo / Leite ou Leite de soja com banana e cacau	Café da manhã: Quibe assado / Suco natural de laranja s/a���ar
Almoço 10H	Arroz/ Feijão/ Omelete Assado (com cen. e tom.)/ Sal. Tomate e Alface / Sobremesa: Mamão	Arroz/ Feijão/ Músculo cozido/ Farofa de abobrinha/ Sal. Cenoura ralada e br��colis/ Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feij�o/ Fil� De Frango Refogado/ Sal. Pepino e vagem Sobremesa: Goiaba	Arroz/ Feij�o/ Ac�m Picadinho / Sal. Repolho e Beterraba/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feij�o/ Carne mo�da/ Sal. Chuchu e Couve/ Sobremesa: Ma��
Lanche 13H	Fruta: Ma��	Crepioca + Mel�o	Fruta: Uva	Fruta: Melancia	Fruta: Pera
Jantar 15H	Arroz/ Feij�o/ Polenta/ Carne mo�da/ Sal. Repolho e Pepino/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão / Pernil Assado com batata doce/ Sal. Alface e Tomate/ Sobremesa: Pera	Arroz / Feijão/ Músculo cozido/ Pur� de batata/ Sal. Beterraba e Cenoura / Sobremesa: Melancia	Arroz/ Feijão/ Coxa e Sobrecoxa Assada / Sal. Brócolis e pepino / Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Ovo Mexido / Sal. Couve e Vagem/ Sobremesa: Goiaba

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

NOVEMBRO /2025

	2� FEIRA – 17/11	3� FEIRA – 18/11	4� FEIRA – 19/11	5� FEIRA – 20/11	6� FEIRA – 21/11
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)com queijo Vitamina (Leite + Leite em p� ou Leite de soja + Banana e Morango)	FERIADO	RECESSO ESCOLAR
Almoço 10H	Arroz/ Feijão/ Ovo Mexido / Sal. Tomate e Alface/ Sobremesa: Maçã	Arroz/ Feijão/ Bolinho de carne com aveia/ Sal. Vagem e chuchu/ Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Polenta/ Acém picado acebolado/ Sal. Repolho e Couve/ Sobremesa: Mamão		
Lanche 13H	Fruta: Melancia	Pão de queijo + Banana	Fruta: Uva	FERIADO	RECESSO ESCOLAR
Jantar 15H	Arroz/ Feijão/ Macarronada com molho de tomate/ Carne Moída / Sal. Pepino e Repolho/ Sobremesa: Laranja	Arroz / Feijão/ Coxa e sobrecoxa assada com batata/ Sal. Couve e Beterraba/ Sobremesa: Uva	Arroz/ Feijão/ Omelete assado (com cenoura e tomate)/ Sal. Cenoura e brócolis/ Sobremesa: Banana		

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**

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) com manteiga* e Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: Bolo de cenoura com uva passa sem açúcar/ Suco natural de laranja s/açúcar	MOSTRA PEDAGÓGICA EM CONTRATURNO	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo* / Leite ou Leite de soja com banana	Café da manhã: Crepioca / e Leite ou Leite de soja com cacau
Almoço 10H	Arroz/ Feijão/ Carne moída/ Sal. Repolho e Pepino/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão / Pernil Assado/ Sal. Alface e Beterraba/ Sobremesa: Pera		Arroz/ Feijão/ Coxa e Sobrecoxa Assada / Sal. Tomate cenoura / Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Ovo Mexido / Sal. Couve e chuchu/ Sobremesa: Uva
Lanche 13H	Fruta: Melancia	Fruta: Pera	MOSTRA PEDAGÓGICA EM CONTRATURNO	Bolo de fubá com uva passa sem açúcar + Banana	Fruta: Melão
Jantar 15H	Arroz/ Feijão/ Ovo Mexido/ Sal. Tomate e Alface / Sobremesa: Mamão	Arroz/ Feijão/ Músculo cozido/ Sal. Cenoura e repolho/ Sobremesa: Laranja		Arroz/ Feijão/ Acém Picadinho / Sal. Abobrinha e Beterraba/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão/ Pernil assado/ Sal. Pepino e tomate/ Sobremesa: Maçã

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 Cibebe Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920

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