



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

SETEMBRO/2025

	2ª FEIRA – 01/09	3ª FEIRA – 02/09	4ª FEIRA – 03/09	5ª FEIRA – 04/09	6ª FEIRA – 05/09			
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 pó* + 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: Uva	Arroz/ Feijão/ Filé de tilapia ao molho/ Sal. Cenoura e brócolis/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão/ Pernil assado/ Sal. Cenoura e pepino/ Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Omelete Assado (com cen. e tom.)/ Sal. Couve e Brócolis/ Sobremesa: Mamão			
Lanche 13H	Fruta: Melancia	Fruta: Banana	Bolo de Banana com aveia e uva passa sem açúcar + Pera	Fruta: Melão	Fruta: Melancia			
Jantar 15H	Arroz/ Feijão/ Ovo Mexido / Arroz/ Feijão/ Bolinho de carne com aveia/ Sal. Vagem e chuchu/ Sobremesa: Maçã	Arroz/ Feijão/ Acém picado acebolado/ Sal. Repolho e Couve/ Sobremesa: Mamão	Arroz/ Feijão / Filé de frango refogado/ Sal. Repolho e Tomate / Sobremesa: Maçã	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 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

SETEMBRO/2025

	2ª FEIRA – 08/09	3ª FEIRA – 09/09	4ª FEIRA – 10/09*	5ª FEIRA – 11/09	6ª FEIRA – 12/09
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	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo* Suco de Uva Integral sem açúcar	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/açúcar
Almoço 10H	Arroz/ Feijão/ Omelete Assado (com cen. e tom.)/ Sal. Tomate e Alface / Sobremesa: Mamão	Arroz/ Feijão/ Músculo cozido/ Sal. Cenoura e Chuchu/ Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Filé De Frango Refogado/ Sal. Pepino e vagem Sobremesa: Melão	Arroz/ Feijão/ Acém Picadinho / Sal. Abobrinha e Beterraba/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão/ Filé de Tilápia assado/ Farofa de Ovos/ Sal. Repolho e Couve/ Sobremesa: Maçã
Lanche 13H	Fruta: Maçã	Crepioca + Melão	Fruta: Uva	Fruta: Melancia	Fruta: Pera
Jantar 15H	Arroz/ Feijão/ Carne moída/ Sal. Repolho e Pepino/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão / Pernil Assado/ Sal. Alface e Beterraba/ Sobremesa: Pera	Arroz / Feijão/Filé de Tilápia ao molho / Purê de batata/ Sal. Couve e Cenoura / Sobremesa: Melancia	Arroz/ Feijão/ Filé de Coxa e Sobrecoxa Assada / Sal. Brócolis e chuchu / Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Ovo Mexido / Sal. Brócolis e Vagem/ 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	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

10/09: Cinema Sesc - Infantil 4 e % (Manhã e Tarde): 08:15h e 13:15h – Levar Lanche (Pão (AF) com patê de frango e alface + suco de uva integral + Fruta)

*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

SETEMBRO/2025

	2ª FEIRA – 15/09	3ª FEIRA – 16/09	4ª FEIRA – 17/09	5ª FEIRA – 18/09	6ª FEIRA – 19/09
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 pó ou Leite de soja + Banana e Morango)	Café da manhã: Bolo de banana com uva passa sem açúcar/ Suco de Uva Integral sem açúcar	Café da manhã: Ovo Mexido)/ Vitamina (Leite + Leite em pó) ou Leite de soja com banana e manga)
Almoço 10H	Arroz/ Feijão/ Ovo Mexido / Sal. Tomate e Alface/ Sobremesa: Maçã	Arroz/ Feijão/ Bolinho de carne com aveia/ Sal. Vagem e chuchu/ Sobremesa: Melão	Arroz/ Feijão/ Acém picado acebolado/ Sal. Repolho e Couve/ Sobremesa: Mamão	Arroz/ Feijão / Filé de frango refogado/ Sal. Repolho e Tomate / Sobremesa: Maçã	Arroz/ Feijão/ Músculo Cozido/ Sal. Cenoura e Pepino/ Sobremesa: Banana
Lanche 13H	Fruta: Melancia	Pão de queijo + Pera	Fruta: Uva	Fruta: Banana	Fruta: Melão
Jantar 15H	Arroz/ Feijão/ Macarronada/ Carne Moída / Sal. Pepino e Repolho/ Sobremesa: Laranja	Arroz / Feijão/ Coxa e sobrecoxa assada com batata/ Sal. Couve e Beterraba/ Sobremesa: Uva	Arroz/ Feijão/ Filé de tilapia ao molho/ Sal. Cenoura e brócolis/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão/ Pernil assado/ Sal. Cenoura e pepino/ Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Omelete Assado (com cen. e tom.)/ Sal. Couve e Brócolis/ 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	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



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

SETEMBRO/2025

	2ª FEIRA – 22/09	3ª FEIRA – 23/09	4ª FEIRA – 24/09	5ª FEIRA – 25/09	6ª FEIRA – 26/09
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	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo* Suco de Uva Integral sem açúcar	Café da manhã: Pão de queijo / Leite ou Leite de soja com banana	Café da manhã: Quibe assado / 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/Filé de Tilápia ao molho / Purê de batata/ Sal. Couve e Cenoura / Sobremesa: Melancia	Arroz/ Feijão/ Filé de Coxa e Sobrecoxa Assada / Sal. Brócolis e chuchu / Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Ovo Mexido / Sal. Brócolis e Vagem/ Sobremesa: Uva
Lanche 13H	Fruta: Melancia	Fruta: Pera	Fruta: Uva	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 Chuchu/ Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Filé De Frango Refogado/ Sal. Pepino e vagem Sobremesa: Melão	Arroz/ Feijão/ Acém Picadinho / Sal. Abobrinha e Beterraba/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão/ Filé de Tilápia assado/ Farofa de Ovos/ Sal. Repolho e Couve/ 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 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

SETEMBRO /2025

	2ª FEIRA – 29/09	3ª FEIRA – 30/09	4ª FEIRA – 01/10*	5ª FEIRA – 02/10*	6ª FEIRA – 03/10
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 pó ou Leite de soja + Banana e manga)	Café da manhã: Pão De queijo/ Suco de Uva Integral sem açúcar	Café da manhã: Ovo Mexido)/ Vitamina (Leite + Leite em pó) ou Leite de soja com banana e manga)
Almoço 10H	Arroz/ Feijão/ Canjiquinha/ Carne Moída / Sal. Tomate e Cenoura/ Sobremesa: Maçã	Arroz / Feijão/ Filé de Coxa e Sobrecoxa assada / Sal. Repolho e chuchu/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão/ Pernil assado/ Sal. Alface e pepino/ Sobremesa: Espetinho de fruta (Uva e Morango)	Arroz/ Feijão/ Omelete Assado (com cen. e tom.)/ Sal. Couve e Brócolis/ Sobremesa: Cupcake de banana e uva passa s/ açúcar	Arroz/ Feijão/ Filé de tilápis ao molho/ Sal. Vagem e Beterraba/ Sobremesa: Melão
Lanche 13H	Fruta: Mamão	Fruta: Uva	Fruta: Laranja	Melancia	Fruta: Pera
Jantar 15H	Arroz/ Feijão/ Ovo Mexido / Sal. Pepino e Alface/ Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Acém Picadinho Acebolado/ Sal. Couve e Beterraba/ Sobremesa: Melancia	Arroz/ Feijão / Filé de Frango refogado /Polenta/ Sal. Vagem e Tomate / Sobremesa: Cupcake de banana e uva passa s/ açúcar	Arroz/ Feijão/ Músculo Cozido/ Sal. Repolho e Pepino/ Sobremesa: Espetinho de fruta (Uva e Morango)	Arroz/ Feijão/ Bolinho de carne com aveia/ Sal. Brócolis e cenoura / 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	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 Cibele Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920

*Projeto Psicomotricidade e Alimentação Saudável na Escola

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