



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 SEMENTINHAS DO IVAÍ
CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: Infantil 4 e Infantil 5 (03 – 05 ANOS)

MARÇO/2026

	2ª FEIRA - 02/03	3ª FEIRA - 03/03	4ª FEIRA - 04/03	5ª FEIRA - 05/03	6ª FEIRA - 06/03
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Francês com queijo (Leite + Leite em pó ou Leite de soja + Banana e Manga)	Café da manhã: Torta de carne moída com tomate e cenoura Suco de Laranja sem açúcar	Café da manhã: Pão pizza (pão fatiado, molho de tomate e queijo)/ Leite + Leite em pó ou Leite de soja + Banana e Cacau)	Café da manhã: Pão de queijo caseiro Suco de uva integral	Café da manhã: Bolo de Banana e uva passa sem açúcar (Leite + Leite em pó ou Leite de soja + Banana e Morango)
Almoço 10H	Arroz/ Feijão /Ovo Mexido/ Sal. Tomate e Cenoura/ Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão / Filé de Coxa e Sobrecoxa Assada/ Farofa de abobrinha/ Sal. Couve e Beterraba/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão /Pernil assado com batata doce/ Sal. Alface e pepino Sobremesa: Maçã	Arroz/ Feijão /Filé de Tilápia Assado / Sal. Repolho e tomate/ Sobremesa: Uva	Arroz/ Feijão / Carne Moída/ Sal. Abobrinha e Vagem Sobremesa: Melão
Lanche 13H	Fruta: Maçã	Bolo de cenoura com uva passa sem açúcar + Fruta: Mamão	Fruta: Laranja	Pão de queijo + Fruta: Pera	Fruta: Melancia
Jantar 15H	Arroz/ Feijão / Carne moída refogada/ Sal. Repolho e pepino Sobremesa: Melão	Arroz/ Feijão / Acém picadinho com pimentão/ Sal. Alface e Vagem Sobremesa: Pera	Arroz/ Feijão /Estrogonofe nutritivo (Frango) Sal. Brócolis Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão / Omelete Assado (com cen. e tom.)/ Sal. Pepino e Cenoura Sobremesa: Manga	Arroz/ Feijão / Polenta/ Músculo ao molho/ Sal. Beterraba 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	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

Cátia Cibebe Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920

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

Alunos BERÇÁRIO I: devem seguir evolução de consistência da alimentação conforme tolerância e sinais de prontidão. Leite/fórmulas devem ser ofertados em substituição a sucos



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIDIANÓPOLIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCA O LIDIANÓPOLIS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTA O ESCOLAR



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCA O DE LIDIANÓPOLIS/PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTA O ESCOLAR – PNAE

CMEI SEMENTINHAS DO IVAÍ
CARDÁPIO EDUCA O INFANTIL: Infantil 4 e Infantil 5 (03 – 05 ANOS)

MARÇO /2026

	2ª FEIRA - 09/03	3ª FEIRA - 10/03	4ª FEIRA - 11/03	5ª FEIRA - 12/03	6ª FEIRA - 13/03
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Francês com queijo/ Suco de uva integral	Café da manhã: Quibe assado/ Leite ou Leite de soja + Banana e mamão)	Café da manhã: Pão Francês com manteiga Suco natural de laranja sem a�u�ar	Café da manhã: CREPIOCA/ Suco de Uva integral	Café da manhã: Bolo de cenoura com uva passa sem a�u�ar / Leite ou Leite de soja com cacau
Almoço 10H	Arroz/ Feijão/ Canjiquinha/ Carne Moída / Sal. Beterraba e Brócolis/ Sobremesa: Maçã	Arroz / Feijão/ Acém Picadinho Acebolado / Sal. Couve e Chuchu / Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão/ Músculo Cozido / Sal. Alface e Couve Flor/ Sobremesa: Melão	Arroz/ Feijão/ Omelete Assado (com cen. e tom.)/ Sal. Abobrinha refogada e cenoura ralada/ Sobremesa: Melancia	Arroz / Feijão/ Coxa e Sobrecoxa/ Sal. Tomate e Pepino/ Sobremesa: Manga
Lanche 13H	Fruta: Mamão	Pão pizza (pão fatiado, molho de tomate, queijo e orégano) + Uva	Fruta: Melancia	Pão de queijo caseiro + Banana	Fruta: Laranja
Jantar 15H	Arroz/ Feijão/ Filé de tilapia ao molho / Sal. Pepino E Tomate/ Sobremesa: Melão	Arroz/ Feijão/ Ovo Mexido / Sal. Alface e Cenoura/ Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão / Filé de Frango refogado/ Pur� de Batata/ Sal.Repolho e Vagem/ Sobremesa: Mamão	Arroz/ Feijão/ Bolinho de carne com aveia assado / Sal. Tomate e Chuchu/ Sobremesa: Uva	Arroz/ Feijão / Macarronada com molho de tomate/ Pernil Assado/ Sal. Couve e Cenoura Sobremesa: Maçã

Composi�o 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

Cátia Cibele Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920

***AS SALADAS E FRUTAS PODEM SOFRER ALTERA O CONFORME DISPONIBILIDADE DA AGRICULTURA FAMILIAR**

Alunos BER ARIO I: devem seguir evolu o de consistência da alimenta o conforme tolerância e sinais de prontidão. Leite/fórmulas devem ser ofertados em substitui o a sucos



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIDIANÓPOLIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCA O LIDIANÓPOLIS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTA O ESCOLAR



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCA O DE LIDIANÓPOLIS/PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTA O ESCOLAR – PNAE

CMEI SEMENTINHAS DO IVAÍ
CARDÁPIO EDUCA O INFANTIL: Infantil 4 e Infantil 5 (03 – 05 ANOS)

MARÇO /2026

	2ª FEIRA - 16/03	3ª FEIRA - 17/03	4ª FEIRA - 18/03	5ª FEIRA - 19/03	6ª FEIRA - 20/03
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Francês com manteiga * (Leite + Leite em p� ou Leite de soja + Banana e Morango)	Café da manhã: Bolo de Banana com uva passa sem a�ugar Suco de laranja sem a�ugar	Café da manhã: Pão Francês com queijo* (Leite + Leite em p� ou Leite de soja + Cacau)	Café da manhã: Quibe assado/ Suco de Uva Integral sem a�ugar	Café da manhã: Torta de Frango/ Vitamina (Leite + Leite em p�) ou Leite de soja com banana e manga
Almoço 10H	Arroz/ Feijão/ Omelete Assado com Cenoura e Tomate / Sal. Repolho e Pepino/ Sobremesa: Maçã	Arroz/ Feijão/ Filé de Tilápia Assado/ Sal. Alface e Beterraba / Sobremesa: Mamão	Arroz/ Feijão/ Carne Moída Com Mandioquinha Salsa/ Sal. Couve e Tomate/ Sobremesa: Uva	Arroz/ Lentilha/ Pernil Assado com Batata Doce / Sal. Cenoura E Chuchu/ Sobremesa: Melancia	Arroz/ Feijão/ Coxa e Sobrecoxa Assada/ Sal. De Vagem e pepino Sobremesa: Manga
Lanche 13H	Fruta: Laranja	Crepioca + Fruta: Maçã	Fruta: Melão	Fruta: Banana	Fruta: Pera
Jantar 15H	Arroz/ Feijão/ Macarronada com Molho de Tomate/ Carne Moída / Sal. Tomate E Alface / Sobremesa: Uva	Arroz / Feijão/ Músculo cozido / Sal. Couve e cenoura / Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão/Polenta/ Acém Picadinho / Sal. Pepino e Repolho/ Sobremesa: Melancia	Arroz/ Feijão/ Filé De Frango Refogado/ Sal. Brócolis e Beterraba/ Sobremesa: Maçã	Arroz / Feijão/ Filé de Tilápia ao Molho / Sal. Tomate e Brócolis/ Sobremesa: Laranja

Composi�o 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

Cátia Cibebe Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920

***AS SALADAS E FRUTAS PODEM SOFRER ALTERA O CONFORME DISPONIBILIDADE DA AGRICULTURA FAMILIAR**

Alunos BER ARIO I: devem seguir evolu o de consistência da alimenta o conforme tolerância e sinais de prontidão. Leite/fórmulas devem ser ofertados em substitui o a sucos



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIDIANÓPOLIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCA O LIDIANÓPOLIS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTA O ESCOLAR



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCA O DE LIDIANÓPOLIS/PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTA O ESCOLAR – PNAE

CMEI SEMENTINHAS DO IVAÍ
CARDÁPIO EDUCA O INFANTIL: Infantil 4 e Infantil 5 (03 – 05 ANOS)

MARÇO /2026

	2 ^a FEIRA - 23/03	3 ^a FEIRA - 24/03	4 ^a FEIRA - 25/03	5 ^a FEIRA - 26/03	6 ^a FEIRA - 27/03
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Francês com manteiga * e Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: Crepioca Suco natural de laranja s/a�ugar	Café da manhã: Pão Francês com carne moıda Vitamina (Leite + Leite em pão ou Leite de soja + Banana e Morango)	Café da manhã: Bolo de Banana com uva passa sem a�ugar/ Suco de Uva Integral sem a�ugar	Café da manhã: Ovo mexido/ Vitamina (Leite + Leite em pão) ou Leite de soja com banana e mamão
Almoço 10H	Arroz/ Feijão / Carne moıda refogada/ Sal. Repolho e pepino Sobremesa: Melão	Arroz/ Feijão / Acém picadinho com pimentão/ Sal. Tomate e Chuchu Sobremesa: Pera	Arroz/ Feijão /Estrogonofe nutritivo (Frango) Sal. Alface e couve Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão / Omelete Assado (com cen. e tom.)/ Sal. Pepino e Cenoura Sobremesa: Manga	Arroz/ Feijão / Polenta/ Músculo ao molho/ Sal. Beterraba e Brócolis Sobremesa: Maçã
Lanche 13H	Fruta: Mamão	Bolo de fubá com uva passa sem a�ugar + Melão	Fruta: Uva	Pão fr�nces com manteiga + Suco de laranja sem a�ugar	Fruta: Banana
Jantar 15H	Arroz/ Feijão /Ovo Mexido/ Sal. Tomate e Cenoura/ Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão / Filé de Coxa e Sobrecoxa Assada/ Farofa de abobrinha/ Sal. Couve e Alface / Sobremesa: Banana	Arroz/ Feijão /Pernil assado com batata doce/ Sal. Beterraba e pepino Sobremesa: Maçã	Arroz/ Feijão /Filé de Tilápia Assado / Sal. Repolho e tomate/ Sobremesa: Uva	Arroz/ Feijão / Carne Moıda/ Sal. Abobrinha e Vagem Sobremesa: Melão

Composi�o 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

Cátia Cibele Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920

***AS SALADAS E FRUTAS PODEM SOFRER ALTERA OES CONFORME DISPONIBILIDADE DA AGRICULTURA FAMILIAR**

Alunos BER ARIO I: devem seguir evolu o de consistência da alimenta o conforme tolerância e sinais de prontidão. Leite/fórmulas devem ser ofertados em substitui o a sucos



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIDIANÓPOLIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCA O LIDIANÓPOLIS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTA O ESCOLAR



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCA O DE LIDIANÓPOLIS/PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTA O ESCOLAR – PNAE

CMEI SEMENTINHAS DO IVAÍ
CARDÁPIO EDUCA O INFANTIL: Infantil 4 e Infantil 5 (03 – 05 ANOS)

MARÇO/2026

	2 ^a FEIRA – 30/03	3 ^a FEIRA - 31/03	4 ^a FEIRA – 01/04	5 ^a FEIRA – 02/04	6 ^a FEIRA – 03/04
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Francês com carne moída Suco de uva integral	Café da manhã: Crepioca (Leite + Leite em p� ou Leite de soja + Banana e cacau)	Café da Manhã: Cupcake de cacau com banana e uva passa sem açúcar Suco de laranja sem açúcar		
Almoço 10H	Arroz/ Feijão / Macarronada com molho de tomate/ Carne moída refogada/ Sal. Repolho e tomate/ Sobremesa: Melão	Arroz/ Feijão / Músculo cozido com cenoura/ Sal. Abobrinha e Vagem Sobremesa: Maçã	Arroz/ Feijão/ Pernil refogado/ Sal. Couve e Chuchu/ Sobremesa: Pera	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Lanche 13H	Pão de queijo + Fruta: Mamão	Fruta: Melancia	Bolo de cenoura com uva passa sem açúcar Fruta: Banana		
Jantar 15H	Arroz/ Feijão / Filé de tilapia ao molho/ Sal. Pepino e Cenoura Sobremesa: Laranja	Arroz/ Feijão / Polenta/ Filé de frango molho/ Sal. Beterraba e Brócolis Sobremesa: Uva	Arroz/ Feijão/ Omelete assado (com cenoura e tomate)/ Sal. Repolho Sobremesa: Mamão	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR

Composi�o 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

Cátia Cibele Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920

***AS SALADAS E FRUTAS PODEM SOFRER ALTERA OES CONFORME DISPONIBILIDADE DA AGRICULTURA FAMILIAR**

Alunos BERÇÁRIO I: devem seguir evolu o de consistência da alimenta o conforme tolerância e sinais de prontidão. Leite/fórmulas devem ser ofertados em substitui o a sucos