

|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                          |                                                            |                                                                     |                                                       |                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>GOVERNO MUNICIPAL<br/>SÃO MIGUEL DO IGUAÇU<br/>O PROGRESSO CONTINUA</p> <p>SECRETARIA MUNICIPAL DE<br/>EDUCAÇÃO</p> | <b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE)</b><br><b>ENSINO FUNDAMENTAL</b><br><b>ZONA URBANA - PERÍODO: INTEGRAL</b><br><b>FAIXA ETÁRIA: 5 A 11 ANOS (PRÉ-ESCOLA AO 5º ANO)</b> |                                                            |                                                                     | <b>FEVEREIRO 2026</b><br><b>1ª SEMANA</b>             |  |
|                                                                                                                                                                                                          | <b>Segunda-feira</b><br><b>02/02</b>                                                                                                                                                     | <b>Terça-feira</b><br><b>03/02</b>                         | <b>Quarta-feira</b><br><b>04/02</b>                                 | <b>Quinta-feira</b><br><b>05/02</b>                   | <b>Sexta-feira</b><br><b>06/02</b>                                                  |
| <b>Café da Manhã: 07h</b>                                                                                                                                                                                | <u><b>Leite*</b></u> com chocolate (150 ml)                                                                                                                                              | <u><b>Pão*</b></u> francês com margarina (1/2 unidade) Chá | <u><b>Bolo*</b></u> Simples (50 g)                                  | <u><b>Torta*</b></u> de frango e legumes (50 g)       | <u><b>Vitamina*</b></u> de maçã (150 ml)                                            |
| <b>Almoço</b><br><b>12h</b>                                                                                                                                                                              | Macarrão parafuso ao molho<br>Sassami grelhado                                                                                                                                           | Arroz branco<br>Feijão preto<br>Coxa e sobrecoxa ao molho  | Arroz branco<br>Feijão carioca<br>Isclas de carne bovina na pressão | Arroz carreteiro (com acém, cenoura)                  | Arroz branco<br>Feijão carioca<br>Carne moída ao molho                              |
|                                                                                                                                                                                                          | Salada de abobrinha                                                                                                                                                                      | Salada de beterraba ralada                                 | Salada de chuchu                                                    | Salada de alface                                      | Salada de pepino                                                                    |
| <b>Manhã: 09h</b><br><b>Tarde: 15h</b>                                                                                                                                                                   | Arroz branco<br>Feijão carioca<br><u><b>Omelete*</b></u>                                                                                                                                 | Arroz branco<br>Carne Moída com legumes                    | Polenta<br>Coxa e sobrecoxa ao molho                                | Arroz branco<br>Feijão preto<br>Carne suína acebolada | <u><b>Macarrão*</b></u> colorido com isclas de frango(cenoura, repolho e brócolis)  |
|                                                                                                                                                                                                          | Salada de alface                                                                                                                                                                         | Salada de chuchu                                           | Salada de repolho com cenoura                                       | Salada de beterraba                                   | Salada de tomate                                                                    |
|                                                                                                                                                                                                          | Laranja                                                                                                                                                                                  |                                                            |                                                                     | Maçã                                                  |                                                                                     |
| <b>SUBSTITUIÇÕES PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES</b>                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                          |                                                            |                                                                     |                                                       |                                                                                     |
| <b>O alimento a ser substituído na preparação do cardápio está destacado com * e <u>sublinhado</u></b> <b>Legenda: - significa sem restrições</b>                                                        |                                                                                                                                                                                          |                                                            |                                                                     |                                                       |                                                                                     |
| <b>Alergia ao Ovo</b>                                                                                                                                                                                    | - Sassami em cubos                                                                                                                                                                       |                                                            | - Bolo sem ovos                                                     | - Torta sem ovos                                      |                                                                                     |
| <b>Glúten/Doença Celíaca</b>                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                          | - 1 fatia de pão sem glúten                                | - 1 fatia de pão sem glúten                                         |                                                       | - 1 fatia pão sem glúten/macarrão s/ glúten                                         |
| <b>Intolerância a Lactose</b>                                                                                                                                                                            | - Leite sem lactose                                                                                                                                                                      | - Leite sem lactose                                        |                                                                     | - Leite sem lactose                                   | - Torta sem leite                                                                   |
| <b>APLV</b>                                                                                                                                                                                              | - Leite de soja                                                                                                                                                                          | - Leite de soja                                            |                                                                     | - Leite de soja                                       | - Torta sem leite                                                                   |
| <b>Diabético</b>                                                                                                                                                                                         | - Leite com cacau/Limitar porção de arroz                                                                                                                                                | - Limitar porção de arroz                                  | - Limitar ½ pão                                                     | - Limitar porção de arroz                             | - Limitar porção de torta/macarrão                                                  |

| Composição Nutricional<br>70% das Necessidades |                      | Energia (kcal) | Carboidrato (g) | Proteína (g) | Lipídeos (g) |
|------------------------------------------------|----------------------|----------------|-----------------|--------------|--------------|
|                                                | <b>Média Semanal</b> | 1159kcal       | 158g            | 29g          | 32g          |

Andreia Wendling Gracioli  
Nutricionista - CRN 8 4297

Vanina Sthephanie Siqueira Dell Era  
Nutricionista - CRN 8 7666

Flávia Carmona  
Nutricionista - CRN 8 11.647

|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                          |                                                                     |                                                         |                                                             |                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>GOVERNO MUNICIPAL<br/>SÃO MIGUEL DO IGUAÇU<br/>O PROGRESSO CONTINUA</p> <p>SECRETARIA MUNICIPAL DE<br/>EDUCAÇÃO</p> | <b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE)</b><br><b>ENSINO FUNDAMENTAL</b><br><b>ZONA URBANA - PERÍODO: INTEGRAL</b><br><b>FAIXA ETÁRIA: 5 A 11 ANOS (PRÉ-ESCOLA AO 5º ANO)</b> |                                                                     |                                                         | <b>FEVEREIRO 2026</b><br><b>2ª SEMANA</b>                   |  |
|                                                                                                                                                                                                          | <b>Segunda-feira</b><br><b>09/02</b>                                                                                                                                                     | <b>Terça-feira</b><br><b>10/02</b>                                  | <b>Quarta-feira</b><br><b>11/02</b>                     | <b>Quinta-feira</b><br><b>12/02</b>                         | <b>Sexta-feira</b><br><b>13/02</b>                                                 |
| <b>Café da Manhã: 07h</b>                                                                                                                                                                                | <u><b>Leite*</b></u> com chocolate (150 ml)                                                                                                                                              | <u><b>Pão*</b></u> francês com margarina (1/2 unidade)              | <u><b>logurte*</b></u> (180 ml) Maçã                    | <u><b>Bolo*</b></u> de laranja (50 g)                       | <u><b>Torta*</b></u> de legumes (50 g)                                             |
| <b>Almoço: 12h</b>                                                                                                                                                                                       | <u><b>Macarrão*</b></u> padre nosso com coxa e sobrecoxa ao molho                                                                                                                        | Arroz carreteiro (com cenoura)                                      | Arroz branco<br>Feijão carioca<br>Carne suína acebolada | Arroz branco<br>Feijão preto<br><u><b>Omelete*</b></u>      | Risoto de coxa e sobrecoxa e cenoura                                               |
|                                                                                                                                                                                                          | Salada de cenoura ralada                                                                                                                                                                 | Salada de repolho                                                   | Salada de chuchu                                        | Salada de abobrinha                                         | Salada de pepino                                                                   |
| <b>Manhã: 09h</b><br><b>Tarde: 15h</b>                                                                                                                                                                   | Arroz branco<br>Feijão preto<br>Carne moída ao molho com cenoura                                                                                                                         | Arroz branco<br>Feijão preto<br><u><b>Strogonoff*</b></u> de frango | Torta salgada com carne moída e legumes logurte         | <u><b>Purê*</b></u> de batatas<br>Coxa e sobrecoxa ao molho | Arroz branco<br>Feijão tropeiro (carioca) com carne suína                          |
|                                                                                                                                                                                                          | Salada de pepino                                                                                                                                                                         | Salada de alface                                                    |                                                         | Salada de beterraba                                         | Salada de tomate                                                                   |
|                                                                                                                                                                                                          | Laranja                                                                                                                                                                                  |                                                                     | Melancia                                                |                                                             | Maçã                                                                               |
| <b>SUBSTITUIÇÕES PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES</b>                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                          |                                                                     |                                                         |                                                             |                                                                                    |
| <b>O alimento a ser substituído na preparação do cardápio está destacado com * e <u>sublinhado</u></b> <b>Legenda: - significa sem restrições</b>                                                        |                                                                                                                                                                                          |                                                                     |                                                         |                                                             |                                                                                    |
| <b>Alergia ao Ovo</b>                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                          |                                                                     | - Torta sem ovos                                        | - Bolo sem ovos                                             |                                                                                    |
| <b>Glúten/Doença Celíaca</b>                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                          |                                                                     | - Pão sem glúten                                        |                                                             | - Pão sem glúten                                                                   |
| <b>Intolerância a Lactose</b>                                                                                                                                                                            | - Leite sem lactose                                                                                                                                                                      | - Strogonoff leite s/lactose                                        | - logurte sem lactose/torta sem leite                   | - Purê sem leite/manteiga                                   |                                                                                    |
| <b>APLV</b>                                                                                                                                                                                              | - Leite de soja                                                                                                                                                                          | - Bolo sem leite/ strogonoff leite de soja                          | - Leite de soja/torta sem leite                         | - Purê sem leite/manteiga                                   |                                                                                    |
| <b>Diabético</b>                                                                                                                                                                                         | - Leite com cacau/Limitar porção de arroz                                                                                                                                                | - Limitar porção de bolo                                            | - Limitar porção iogurte/torta                          | - Porcionar mais carne e salada                             | Limitar porção ½ pão                                                               |

| Composição Nutricional<br>70% das Necessidades |               | Energia (kcal) | Carboidrato (g) | Proteína (g) | Lipídeos (g) |
|------------------------------------------------|---------------|----------------|-----------------|--------------|--------------|
|                                                | Média Semanal | 513kcal        | 93g             | 23g          | 6g           |

Andreia Wendling Gracioli  
Nutricionista - CRN 8 4297

Vanina Sthephanie Siqueira Dell Era  
Nutricionista - CRN 8 7666

Flávia Carmona  
Nutricionista - CRN 8 11.647

|                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                              |                      |                       |                                                     |                                                               |                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
|  <div>GOVERNO MUNICIPAL<br/>SÃO MIGUEL DO IGUAÇU<br/>O PROGRESSO CONTINUA</div> <div>SECRETARIA MUNICIPAL DE<br/>EDUCAÇÃO</div> | PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE)<br>ENSINO FUNDAMENTAL<br>ZONA URBANA - PERÍODO: INTEGRAL<br>FAIXA ETÁRIA: 5 A 11 ANOS (PRÉ-ESCOLA AO 5º ANO) |                      |                       | FEVEREIRO 2026<br>3ª SEMANA                         |                                                               |  |
|                                                                                                                                                                                                                 | Segunda-feira<br>16/02                                                                                                                                       | Terça-feira<br>17/02 | Quarta-feira<br>18/02 | Quinta-feira<br>19/02                               | Sexta-feira<br>20/02                                          |                                                                                    |
| Café da Manhã: 07h                                                                                                                                                                                              | -                                                                                                                                                            | -                    | -                     | Pão* (1/2 unidade)<br>com margarina<br>Chá (150 ml) | Bolo* de fubá (50 g)                                          |                                                                                    |
| Almoço<br>12h                                                                                                                                                                                                   | RECESSO                                                                                                                                                      | RECESSO              | RECESSO               | Macarrão parafuso<br>com carne moída                | Arroz branco<br>Feijão carioca<br>Carne suína acebolada       |                                                                                    |
|                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                              |                      |                       | Salada de tomate                                    | Salada de chuchu                                              |                                                                                    |
| Manhã: 09h<br>Tarde: 15h                                                                                                                                                                                        | -                                                                                                                                                            | -                    | -                     | Arroz branco<br>Feijão preto<br>Omelete*            | Macarrão* padre nosso<br>alho e óleo<br>Filé sassami grelhado |                                                                                    |
|                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                              |                      |                       | Salada de Beterraba                                 | Salada de Repolho                                             |                                                                                    |
|                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                              |                      |                       |                                                     |                                                               |                                                                                    |
| SUBSTITUIÇÕES PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                              |                      |                       |                                                     |                                                               |                                                                                    |
| O alimento a ser substituído na preparação do cardápio está destacado com * e <u>sublinhado</u>                                                                                                                 |                                                                                                                                                              |                      |                       |                                                     |                                                               |                                                                                    |

| Composição Nutricional |               | Energia (kcal) | Carboidrato (g) | Proteína (g) | Lipídeos (g) |
|------------------------|---------------|----------------|-----------------|--------------|--------------|
| 70% das Necessidades   | Média Semanal | 1172kcal       | 178g            | 35g          | 32g          |

Andreia Wendling Gracioli  
Nutricionista - CRN 8 4297

Vanina Sthephanie Siqueira Dell Era  
Nutricionista - CRN 8 7666

Flávia Carmona  
Nutricionista - CRN 8 11.647

|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                          |                                                             |                                                                     |                                                                                                                               |                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
|  <p>GOVERNO MUNICIPAL<br/>SÃO MIGUEL DO IGUAÇU<br/>O PROGRESSO CONTINUA</p> <p>SECRETARIA MUNICIPAL DE<br/>EDUCAÇÃO</p> | <b>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE)</b><br><b>ENSINO FUNDAMENTAL</b><br><b>ZONA URBANA - PERÍODO: INTEGRAL</b><br><b>FAIXA ETÁRIA: 5 A 11 ANOS (PRÉ-ESCOLA AO 5º ANO)</b> |                                                             |                                                                     | <b>FEVEREIRO 2026</b><br><b>4ª SEMANA</b>  |                                                             |
|                                                                                                                                                                                                          | <b>Segunda-feira</b><br><b>23/02</b>                                                                                                                                                     | <b>Terça-feira</b><br><b>24/02</b>                          | <b>Quarta-feira</b><br><b>25/02</b>                                 | <b>Quinta-feira</b><br><b>26/02</b>                                                                                           | <b>Sexta-feira</b><br><b>27/02</b>                          |
| <b>Café da Manhã: 07h</b>                                                                                                                                                                                | <u>Leite</u> * com chocolate (150 ml)                                                                                                                                                    | <u>Pão</u> * francês com margarina (1/2 unidade)            | <u>Bolo</u> * de laranja (50 g)                                     | <u>Pão</u> * francês com patê de frango (1/2 unidade)                                                                         | <u>Torta</u> * de legumes (50 g)                            |
| <b>Almoço</b><br><b>12h</b>                                                                                                                                                                              | Macarrão padre nosso com sassami desfiado ao molho                                                                                                                                       | Arroz branco<br>Feijão preto<br><u>Omelete</u> *            | Risoto de coxa e sobrecoxa (com cenoura)                            | Arroz branco<br>Feijão preto<br>Coxa sobrecoxa ao molho                                                                       | Polenta com carne moída ao molho                            |
|                                                                                                                                                                                                          | Salada de alface                                                                                                                                                                         | Salada de chuchu                                            | Salada de cenoura                                                   | Salada de pepino                                                                                                              | Salada de abobrinha                                         |
| <b>Manhã: 09h</b><br><b>Tarde: 15h</b>                                                                                                                                                                   | Sanduíche ( <u>pão</u> com <u>presunto</u> , <u>queijo</u> , alface e tomate em rodela) Chá mate                                                                                         | Arroz branco<br>Carne (acém) ao molho com cenoura e batatas | Arroz branco<br>Feijão carioca<br>Farofa de carne suína com legumes | Arroz branco<br>Strogonoff de carne                                                                                           | Arroz branco<br>Feijão Carioca<br>Rocamboles de carne moída |
|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                          | Salada de tomate                                            | Salada de repolho                                                   | Salada de beterraba                                                                                                           | Salada de cenoura ralada com alface                         |
|                                                                                                                                                                                                          | Laranja                                                                                                                                                                                  |                                                             | Melancia                                                            |                                                                                                                               | Maçã                                                        |
| <b>SUBSTITUIÇÕES PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES</b>                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                          |                                                             |                                                                     |                                                                                                                               |                                                             |
| <b>O alimento a ser substituído na preparação do cardápio está destacado com * e <u>sublinhado</u></b> <b>Legenda: - significa sem restrições</b>                                                        |                                                                                                                                                                                          |                                                             |                                                                     |                                                                                                                               |                                                             |
| <b>Alergia ao Ovo</b>                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                          | - Sassami                                                   |                                                                     | - Torta sem ovos                                                                                                              | - Torta sem ovos                                            |
| <b>Glúten/Doença Celíaca</b>                                                                                                                                                                             | - Pão sem glúten                                                                                                                                                                         |                                                             | - Pão sem glúten                                                    | - Pão sem glúten                                                                                                              | - Pão sem glúten                                            |
| <b>Intolerância a Lactose</b>                                                                                                                                                                            | - Leite sem lactose<br>- Pão sem presunto e queijo                                                                                                                                       | - Leite sem lactose                                         | - Leite sem lactose                                                 | - Torta sem leite<br>- Molho com leite s/ lactose                                                                             | - Torta sem leite                                           |
| <b>APLV</b>                                                                                                                                                                                              | - Leite de soja<br>- Pão sem presunto e queijo                                                                                                                                           | - Leite de soja                                             | - Leite de soja                                                     | - Torta sem leite                                                                                                             | - Torta sem leite                                           |
| <b>Diabético</b>                                                                                                                                                                                         | - Limitar 1un pão                                                                                                                                                                        |                                                             | - Leite com cacau/<br>- ½ pão                                       | - Limitar porção torta                                                                                                        | - Limitar porção torta                                      |

| Composição Nutricional<br>70% das Necessidades | Média Semanal | Energia (kcal) | Carboidrato (g) | Proteína (g) | Lipídeos (g) |
|------------------------------------------------|---------------|----------------|-----------------|--------------|--------------|
|                                                |               | 1152kcal       | 159g            | 33g          | 31g          |

Andreia Wendling Gracioli  
Nutricionista - CRN 8 4297

Vanina Sthephanie Siqueira Dell Era  
Nutricionista - CRN 8 7666

Flávia Carmona  
Nutricionista - CRN 8 11.647