

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE)
ENSINO FUNDAMENTAL
ZONA URBANA - PERÍODO: PARCIAL
FAIXA ETÁRIA: 5 A 11 ANOS (PRÉ-ESCOLA AO 5º ANO)



FEVEREIRO 2026
1ª SEMANA

	Segunda-feira 02/02	Terça-feira 03/02	Quarta-feira 04/02	Quinta-feira 05/02	Sexta-feira 06/02
Manhã: 09 h Tarde: 15 h	Arroz branco Feijão carioca <u>Omelete*</u>	Arroz branco Carne moída com legumes	Polenta Coxa e sobrecoxa ao molho	Arroz branco Feijão preto Carne suína acebolada	<u>Macarrão*</u> Colorido com iscas de frango (repolho, brócolis e cenoura)
	Salada de alface	Salada de chuchu	Salada de repolho com cenoura	Salada de beterraba	Salada de tomate
	Laranja				Maçã

SUBSTITUIÇÕES PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES

O alimento a ser substituído na preparação do cardápio está destacado com * e sublinhado

Legenda: - significa sem restrições

Alergia ao Ovo	- Sassami em cubos		- Bolo sem ovos	- Torta sem ovos	
Glúten/Doença Celíaca		- 1 fatia de pão sem glúten	- 1 fatia de pão sem glúten		- 1 fatia pão sem glúten/macarrão s/ glúten
Intolerância a Lactose	- Leite sem lactose	- Leite sem lactose		- Leite sem lactose	- Torta sem leite
APLV	- Leite de soja	- Leite de soja		- Leite de soja	- Torta sem leite
Diabético	- 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 (média semanal) 30% das Necessidades	Média Semanal	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)
		528kcal	74%	14%	17%
			55% a 65%	10 a 15%	25% a 35%

Andreia Wendling Gracioli
 Nutricionista - CRN 8 4297

Vanina Sthephanie Siqueira Dell Era
 Nutricionista - CRN 8 7666

Flávia Carmona
 Nutricionista - CRN 8 11.647

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE)
ENSINO FUNDAMENTAL
ZONA URBANA - PERÍODO: PARCIAL
FAIXA ETÁRIA: 5 A 11 ANOS (PRÉ-ESCOLA AO 5º ANO)



FEVEREIRO 2026
2ª SEMANA

	Segunda-feira 09/02	Terça-feira 10/02	Quarta-feira 11/02	Quinta-feira 12/02	Sexta-feira 13/02
Manhã: 09 h Tarde: 15 h	Arroz branco Feijão preto Carne moída ao molho com cenoura	Arroz branco <u>Strogonoff</u> * de frango	<u>Torta</u> * salgada com carne moída e legumes iogurte	<u>Purê</u> * de batatas Coxa e sobrecoxa ao molho	Arroz branco Feijão tropeiro (carioca) com carne suína
	Salada de pepino	Salada de alface		Salada de beterraba	Salada de tomate
	Laranja		Melancia		Maçã

SUBSTITUIÇÕES PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES

O alimento a ser substituído na preparação do cardápio está destacado com * e sublinhado **Legenda: - significa sem restrições**

Alergia ao Ovo			- Torta sem ovos	- Bolo sem ovos	
Glúten/Doença Celíaca			- Pão sem glúten		- Pão sem glúten
Intolerância a Lactose	- Leite sem lactose	- Strogonoff leite s/lactose	- Iogurte sem lactose/torta sem leite	- Purê sem leite/manteiga	
APLV	- Leite de soja	- Bolo sem leite/ strogonoff leite de soja	- Leite de soja/torta sem leite	- Purê sem leite/manteiga	
Diabético	- 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 (média semanal)	Média Semanal	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)
		499kcal	72%	15%	16%
			55% a 65%	10 a 15%	11% a 16%
30% das Necessidades					

Andreia Wendling Gracioli
 Nutricionista - CRN 8 4297

Vanina Sthephanie Siqueira Dell Era
 Nutricionista - CRN 8 7666

Flávia Carmona
 Nutricionista - CRN 8 11.647

 GOVERNO MUNICIPAL SÃO MIGUEL DO IGUAÇU O PROGRESSO CONTINUA SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO		PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE) ENSINO FUNDAMENTAL ZONA URBANA - PERÍODO: PARCIAL FAIXA ETÁRIA: 5 A 11 ANOS (PRÉ-ESCOLA AO 5º ANO) 				FEVEREIRO 2026 3ª SEMANA	
	Segunda-feira 16/02	Terça-feira 17/02	Quarta-feira 18/02	Quinta-feira 19/02	Sexta-feira 20/02		
Manhã: 09 h Tarde: 15 h	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Arroz branco Feijão preto <u>Omelete*</u>	<u>Macarrão*</u> parafuso alho e óleo Filé sassami grelhado		
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	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> Legenda: - significa sem restrições							
Alergia ao Ovo				- Omelete por sassami	- Bolo sem ovo/macarrão sem ovo		
Glúten/Doença Celíaca				- Pão sem glúten	- Pão sem glúten/ macarrão sem glúten		
Intolerância a Lactose					- Bolo sem leite		
APLV					- Bolo sem leite		
Diabético				- Limitar ½ pão	- Limitar porção		

Composição Nutricional (média semanal)	Média Semanal	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)
		207kcal	29%	6%	4%
			55% a 65%	10 a 15%	11% a 16%
30% das Necessidades					

Andreia Wendling Gracioli
Nutricionista - CRN 8 4297

Vanina Sthephanie Siqueira Dell Era
Nutricionista - CRN 8 7666

Flávia Carmona
Nutricionista - CRN 8 11.647

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE)
ENSINO FUNDAMENTAL
ZONA URBANA - PERÍODO: PARCIAL
FAIXA ETÁRIA: 5 A 11 ANOS (PRÉ-ESCOLA AO 5º ANO)



FEVEREIRO 2026
4ª SEMANA

	Segunda-feira 23/02	Terça-feira 24/02	Quarta-feira 25/02	Quinta-feira 26/02	Sexta-feira 27/02
Manhã: 09 h Tarde: 15 h	Sanduíche (<u>pão</u> * com <u>presunto, queijo</u> *, alface e tomate em rodelas) Chá mate	Arroz branco Carne (acém) ao molho com cenoura e batatas	Arroz branco Feijão carioca Farofa de carne suína com legumes	Arroz branco <u>Strogonoff</u> * de carne	Arroz branco Feijão Carioca Rocambole de carne moída
		Salada de tomate	Salada de repolho	Salada de beterraba	Salada de cenoura ralada com alface
	Laranja		Melancia		Maçã

SUBSTITUIÇÕES PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES

O alimento a ser substituído na preparação do cardápio está destacado com * e sublinhado **Legenda: - significa sem restrições**

Alergia ao Ovo		- Bolo sem ovo		- Torta sem ovos/	- Torta sem ovos
Glúten/Doença Celíaca		- Bolo com farinha sem <u>glúten</u>	- Pão sem glúten	- Pão sem glúten	- Torta com farinha sem <u>glúten</u>
Intolerância a Lactose	- Leite sem lactose	- Pão sem presunto e <u>queijo</u>		- Torta sem leite - Molho do strogonoff com	- rocambole sem recheio de <u>queijo</u>
APLV	- Leite de soja	- Pão sem presunto e <u>queijo</u>		- Torta sem leite - Molho do strogonoff com <u>leite sem lactose</u>	- rocambole sem recheio de <u>queijo</u>
Diabético	- Leite com cacau/ Limitar porção de arroz	- Limitar porção de pão e bolo	- Limitar porção de arroz e farofa	- Limitar porção de pão	- Limitar porção de torta/arroz

Composição Nutricional (média semanal)	Média Semanal	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)
		495kcal	70%	15%	18%
			55% a 65%	10 a 15%	11% a 16%
30% das Necessidades					

Andreia Wendling Gracioli
 Nutricionista - CRN 8 4297

Vanina Sthephanie Siqueira Dell Era
 Nutricionista - CRN 8 7666

Flávia Carmona
 Nutricionista - CRN 8 11.647