

CARDÁPIO ESCOLAR

ESCOLA INTEGRAL

JUNHO 2026

PREFEITURA MUNICIPAL DE
SENGÊS
MELHOR A CADA DIA



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL INTEGRAL MÉDICI						
CARDÁPIO JUNHO/2026						
REFEIÇÃO	HORA	2ª-FEIRA 01.06.2026	3ª-FEIRA 02.06.2026	4ª-FEIRA - 03.06.2026	5ª-FEIRA - 04.06.2026	6ª-FEIRA 05.06.2026
CAFÉ DA MANHÃ	8:05 à 8:50	Torrada/Bolacha cream cracker	Virado de carne	Pão francês com manteiga	 Estaremos fechados FERIADO DE Corpus Christi	
		Café com leite	Café com leite	Leite com cacau 50%		
REFEIÇÃO ESPECIAL		Café com leite zero lactose/Bolacha sem glúten	Café com leite zero lactose	Pão sem glúten com margarina vegetal/Leite sem lactose com café/ Leite zero lactose com cacau		
LANCHE DA MANHÃ	10:00	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época		
REFEIÇÃO ESPECIAL		-	-	-		
ALMOÇO	11:00 à 13:00	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Feijão		
		Macarrão com carne moída	Pernil suíno acebolado	Arroz com frango		
		Virado de abobrinha	Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas		
		-	Fruta da época	Fruta da época		
REFEIÇÃO ESPECIAL		Macarrão sem glúten	-	-		
LANCHE DA TARDE	14:15 à 14:45h	Bolacha maisena/Pipoca	Pão doce	Fruta		
		Suco de fruta 100%	Chá	Leite integral Bolacha rosquinha		
REFEIÇÃO ESPECIAL		-	Pão sem glúten com geléia	Bolacha sem glúten/Leite zero lactose		

Milena Carneiro de Miranda
Nutricionista
CRN8-14776

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Atenção aos alunos com necessidades alimentares especiais: É fundamental estar sempre atento às informações contidas nos rótulos dos alimentos. Comunicação eficaz entre nutricionista e a escola: A comunicação deve ser constante e clara. Em caso de qualquer dúvida, é importante entrar em contato com o nutricionista.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL INTEGRAL MÉDICI CARDÁPIO JUNHO/2026						
REFEIÇÃO	HORA	2ª-FEIRA 08.06.2026	3ª-FEIRA 09.06.2026	4ª-FEIRA 10.06.2026	5ª-FEIRA 11.06.2026	6ª-FEIRA 12.06.2026
CAFÉ DA MANHÃ	8:05 à 8:50	Torrada/Bolacha cream cracker	Virado de feijão	Pão francês com frango desfiado	Bolo de milho	Pão dog com requeijão
		Café com leite	Café com leite	Café com leite	Chá matte com leite* (testar)	Leite com cacau 50%
REFEIÇÃO ESPECIAL		Café com leite zero lactose/Bolacha sem glúten	Café com leite zero lactose	Pão sem glúten/Café com leite zero lactose	Bolo sem glúten/ Leite zero lactose	Pão sem glúten com requeijão zero lactose/ Café com leite e achocolatado zero lactose
LANCHE DA MANHÃ	10:00	Bolacha maisena	Bolacha rosquinha	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
		Chá mate	Chá mate			
REFEIÇÃO ESPECIAL		-	-	-	-	-
ALMOÇO	11:00 à 13:00	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão
		Polenta cremosa	Pernil suíno acebolado	Kibe assado	Frango em cubos	Macarrão com molho de atum
		Molho de tomate com molho de carne moída	Salada de legumes/folhas		Salada de legumes/folhas	Batata com legumes
		-	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
REFEIÇÃO ESPECIAL		-	-	-	-	-
LANCHE DA TARDE	14:15 à 14:45h	Flocos de milho	Pão dog com margarina	Bolacha rosquinha	Pão doce	Canjica cremosa
		logurte	Leite com cacau 50%	Suco de laranja	Café com leite	
REFEIÇÃO ESPECIAL		logurte zero lactose	Pão sem glúten/leite zero lactose com achocolatado 3 corações	Bolacha sem glúten	Pão sem glúten com geléia/Café com leite zero lactose	Canjica com leite vegetal ou leite zero lactose

Milena Carneiro de Miranda
Nutricionista
CRN8-14776

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Atenção aos alunos com necessidades alimentares especiais: É fundamental estar sempre atento às informações contidas nos rótulos dos alimentos. Comunicação eficaz entre nutricionista e a escola: A comunicação deve ser constante e clara. Em caso de qualquer dúvida, é importante entrar em contato com o nutricionista.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL INTEGRAL MÉDICI CARDÁPIO JUNHO/2026						
REFEIÇÃO	HORA	2ª-FEIRA - 15.06.26	3ª-FEIRA - 16.06.26	4ª-FEIRA - 17.06.26	5ª-FEIRA - 18.06.26	6ª-FEIRA 19.06.26
CAFÉ DA MANHÃ	8:05 à 8:50	Torrada/Bolacha cream cracker	Virado de carne	Pão francês com carne moída	Torta de frango	Pão francês com margarina
		Café com leite	Café com leite	Suco de fruta 100%	Café com leite	Leite com cacau 50%
REFEIÇÃO ESPECIAL		Café com leite zero lactose	Café com leite zero lactose	Pão sem glúten	Torta sem glúten, sem lactose/ Café com leite zero lactose	Pão sem glúten/Café com leite zero lactose
LANCHE DA MANHÃ	10:00	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
REFEIÇÃO ESPECIAL		-	-	-	-	-
ALMOÇO	11:00 à 13:00	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Feijão cozido	Arroz e feijão	Arroz e feijão
		Macarrão com molho de carne moída	Carne suína com batata	Arroz com frango	Carne em iscas	Quirera com frango
		Virado de abobrinha	Salada de legumes/folhas Fruta da época	Salada de legumes/folhas Fruta da época	Salada de legumes/folhas Fruta da época	Salada de legumes/folhas Fruta da época
REFEIÇÃO ESPECIAL		Macarrão sem glúten	-	-	-	-
LANCHE DA TARDE	14:15 à 14:45h	Bolacha/Pipoca	Pão dog com manteiga	Bolacha maisena	Pão doce	Flocos de milho Leite integral
		Suco de fruta 100%	Leite com cacau 50%	Café com leite	Chá	
REFEIÇÃO ESPECIAL		-	Pão sem glúten com margarina vegetal	Bolacha sem glúten/Café com leite zero lactose	Pão sem glúten com geléia	Leite zero lactose

Milena Carneiro de Miranda
Nutricionista
CRN8-14776

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Atenção aos alunos com necessidades alimentares especiais: É fundamental estar sempre atento às informações contidas nos rótulos dos alimentos. Comunicação eficaz entre nutricionista e a escola: A comunicação deve ser constante e clara. Em caso de qualquer dúvida, é importante entrar em contato com o nutricionista.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL INTEGRAL MÉDICI
CARDÁPIO JUNHO/2026**

REFEIÇÃO	HORA	2ª-FEIRA 22.06.2026	3ª-FEIRA 23.06.2026	4ª-FEIRA - 24.06.26	5ª-FEIRA - 25.06.26	6ª-FEIRA 26.06.26
CAFÉ DA MANHÃ	8:05 à 8:50	Bolacha cream cracker/Torrada	Virado de ovo	Pão francês com perfil desfiado	Bolo	Pão francês com manteiga
		Café com leite	Café com leite	Café com leite	Chá matte	Leite com cacau 50%
REFEIÇÃO ESPECIAL		Bolacha zero lactose/Café com leite zero lactose	Café com leite zero lactose	Pão sem glúten/Café com leite sem lactose	Bolo sem glúten e sem lactose	Pão sem glúten/ Café com leite e achocolatado zero lactose
LANCHE DA MANHÃ	10:00	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
REFEIÇÃO ESPECIAL		-	-	-	-	-
ALMOÇO	11:00 à 13:00	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão
		Polenta Molho de tomate com carne moída	Pernil suíno acebolado	Arroz com frango	Carne em iscas com batata	Quirera com carne de frango
			Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas
		Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
REFEIÇÃO ESPECIAL		-	-	-	-	-
LANCHE DA TARDE	14:15 à 14:45h	Flocos de milho	Pão dog com requeijão	Bolacha rosquinha	Pão dog com margarina	Arroz doce Moreninho
		logurte	Chá	Suco de laranja	Café com leite	Fruta
REFEIÇÃO ESPECIAL		logurte zero lactose	Pão sem glúten com requeijão zero lactose	Bolacha sem glúten	Pão sem glúten/Café com leite zero lactose	Arroz com leite zero lactose

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL INTEGRAL MÉDICI
CARDÁPIO JUNHO/2026**

REFEIÇÃO	HORA	2ª-FEIRA 29.06.2026	3ª-FEIRA 30.06.2026	-	-	-
----------	------	---------------------	---------------------	---	---	---

Milena Carneiro de Miranda
Nutricionista
CRN8-14776

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Atenção aos alunos com necessidades alimentares especiais: É fundamental estar sempre atento às informações contidas nos rótulos dos alimentos. Comunicação eficaz entre nutricionista e a escola: A comunicação deve ser constante e clara. Em caso de qualquer dúvida, é importante entrar em contato com o nutricionista.

CAFÉ DA MANHÃ	8:05 à 8:50	Torrada/Bolacha crean cracker	Virado de carne
		Café com leite	Café com leite
REFEIÇÃO ESPECIAL		Bolacha sem glúten/Café com leite zero lactose	Café com leite zero lactose
LANCHE DA MANHÃ	10:00	Fruta da época	Fruta da época
REFEIÇÃO ESPECIAL		-	-
ALMOÇO	11:00 à 13:00	Arroz e feijão	Feijão
		Sopa de macarrão com carne moída e legumes	Arroz carreteiro
REFEIÇÃO ESPECIAL		Macarrão sem glúten	-
LANCHE DA TARDE	14:15 à 14:45h	Bolacha/Pipoca	Pão doce
		Suco de fruta 100%	Chá
REFEIÇÃO ESPECIAL		Flocos de milho sem glúten/logurte zero lactose	Pão sem glúten com geléia

Resolução do FNDE PNAE N°06 de 08 de Maio de 2020.

Art. 18 Os cardápios devem ser planejados para atender, em média, as necessidades nutricionais estabelecidas na forma do disposto no Anexo IV desta resolução.

Toda semana, recebemos ingredientes culinários frescos e naturais da agricultura familiar, incluindo pimentões, salsinha e cebolinha, além de frutas, verduras e legumes da estação. A variedade depende da produção dos agricultores locais e pode incluir morangos, abacaxi, mexerica (ponkan), banana, maracujá, laranja, brócolis, repolho, alface e outros alimentos sazonais.

Milena Carneiro de Miranda
Nutricionista
CRN8-14776

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Atenção aos alunos com necessidades alimentares especiais: É fundamental estar sempre atento às informações contidas nos rótulos dos alimentos. Comunicação eficaz entre nutricionista e a escola: A comunicação deve ser constante e clara. Em caso de qualquer dúvida, é importante entrar em contato com o nutricionista.

Atenção aos alunos com necessidades alimentares especiais: É fundamental estar sempre atento às informações contidas nos rótulos dos alimentos.

Comunicação eficaz entre nutricionista e a escola: A comunicação deve ser constante e clara. Em caso de qualquer

Milena Camargo de Miranda
Nutricionista
CRN8-14776

**Milena Camargo de Miranda
Nutricionista QT CRN 8 14776**

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

**Júlio Aparecido Leite Da Rosa Melo
Nutricionista Responsável Técnico (RT): CRN 8 17043**

Qualquer dúvida é importante entrar em contato com o nutricionista.

MÉDIA SEMANAL DO CÁLCULO NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DE JUNHO

Semana	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Energia (kcal)
1ª Semana (01 a 03/06)	189 g	48 g	35 g	1.243 kcal
2ª Semana (08 a 12/06)	192 g	48 g	35 g	1.260 kcal
3ª Semana (15 a 19/06)	192 g	48 g	35 g	1.258 kcal
4ª Semana (22 a 26/06)	192 g	48 g	35 g	1.261 kcal
5ª Semana (29 e 30/06)	185 g	48 g	35 g	1.228 kcal
Média mensal	190 g	48 g	35 g	1.250 kcal
Referência PNAE	≥ 175 g	≥ 38 g	25 a 35 g	1.000 a 1.300 kcal

RELATÓRIO NUTRICIONAL DIÁRIO

Milena Camargo de Miranda
Nutricionista
CRN8-14776

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Atenção aos alunos com necessidades alimentares especiais: É fundamental estar sempre atento às informações contidas nos rótulos dos alimentos.
Comunicação eficaz entre nutricionista e a escola: A comunicação deve ser constante e clara. Em caso de qualquer dúvida, é importante entrar em contato com o nutricionista.

Dia 01 (segunda-feira): Café da manhã com torrada ou bolacha cream cracker e café com leite; lanche da manhã com fruta da época; almoço com arroz e feijão, macarrão com carne moída e virado de abobrinha; lanche da tarde com bolacha maisena ou pipoca e suco de fruta 100%. O dia forneceu aproximadamente **184 g de carboidratos, 46 g de proteínas e 33 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.205 kcal**.

Dia 02 (terça-feira): Café da manhã com virado de carne e café com leite; lanche da manhã com fruta da época; almoço com arroz e feijão, pernil suíno acebolado, salada de legumes/folhas e fruta da época; lanche da tarde com pão doce e chá. O dia forneceu aproximadamente **189 g de carboidratos, 48 g de proteínas e 35 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.245 kcal**.

Dia 03 (quarta-feira): Café da manhã com pão francês com manteiga e leite com cacau 50%; lanche da manhã com fruta da época; almoço com feijão cozido, arroz com frango, salada de legumes/folhas e fruta da época; lanche da tarde com fruta, leite integral e bolacha rosquinha. O dia forneceu aproximadamente **193 g de carboidratos, 50 g de proteínas e 36 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.280 kcal**.

Dia 08 (segunda-feira): Café da manhã com torrada ou bolacha cream cracker e café com leite; lanche da manhã com bolacha maisena e chá mate; almoço com arroz e feijão, polenta cremosa com molho de tomate e carne moída; lanche da tarde com flocos de milho e iogurte. O dia forneceu aproximadamente **191 g de carboidratos, 47 g de proteínas e 35 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.245 kcal**.

Dia 09 (terça-feira): Café da manhã com virado de feijão e café com leite; lanche da manhã com bolacha rosquinha e chá mate; almoço com arroz e feijão, pernil suíno acebolado, salada de legumes/folhas e fruta da época; lanche da tarde com pão com margarina e leite com cacau 50%. O dia forneceu aproximadamente **193 g de carboidratos, 48 g de proteínas e 36 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.270 kcal**.

Dia 10 (quarta-feira): Café da manhã com pão francês com frango desfiado e café com leite; lanche da manhã com fruta da época; almoço com arroz e feijão, kibe assado, salada de legumes/folhas e fruta da época; lanche da tarde com bolacha rosquinha e suco de laranja. O dia forneceu aproximadamente **196 g de carboidratos, 49 g de proteínas e 36 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.285 kcal**.

Dia 11 (quinta-feira): Café da manhã com bolo de milho e chá mate com leite; lanche da manhã com fruta da época; almoço com arroz e feijão, frango em cubos e batata com legumes; lanche da tarde com pão doce e café com leite. O dia forneceu aproximadamente **188 g de carboidratos, 46 g de proteínas e 34 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.225 kcal**.

Dia 12 (sexta-feira): Café da manhã com pão com requeijão e leite com cacau 50%; lanche da manhã com fruta da época; almoço com arroz e feijão, macarrão com molho de atum, salada de legumes/folhas e fruta da época; lanche da tarde com canjica cremosa. O dia forneceu aproximadamente **194 g de carboidratos, 48 g de proteínas e 35 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.275 kcal**.

Milena Carneiro de Miranda
Nutricionista
CRN8-14776

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Atenção aos alunos com necessidades alimentares especiais: É fundamental estar sempre atento às informações contidas nos rótulos dos alimentos. Comunicação eficaz entre nutricionista e a escola: A comunicação deve ser constante e clara. Em caso de qualquer dúvida, é importante entrar em contato com o nutricionista.

Dia 15 (segunda-feira): Café da manhã com torrada ou bolacha cream cracker e café com leite; lanche da manhã com fruta da época; almoço com arroz e feijão, macarrão com molho de carne moída e virado de abobrinha; lanche da tarde com bolacha ou pipoca e suco de fruta 100%. O dia forneceu aproximadamente **190 g de carboidratos, 47 g de proteínas e 35 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.240 kcal**.

Dia 16 (terça-feira): Café da manhã com virado de carne e café com leite; lanche da manhã com fruta da época; almoço com arroz e feijão, carne suína com batata, salada de legumes/folhas e fruta da época; lanche da tarde com pão com manteiga e leite com cacau 50%. O dia forneceu aproximadamente **194 g de carboidratos, 49 g de proteínas e 36 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.280 kcal**.

Dia 17 (quarta-feira): Café da manhã com pão francês com carne moída e suco de fruta 100%; lanche da manhã com fruta da época; almoço com feijão cozido, arroz com frango, salada de legumes/folhas e fruta da época; lanche da tarde com bolacha maisena e café com leite. O dia forneceu aproximadamente **192 g de carboidratos, 48 g de proteínas e 35 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.255 kcal**.

Dia 18 (quinta-feira): Café da manhã com torta de frango e café com leite; lanche da manhã com fruta da época; almoço com arroz e feijão, carne em iscas, salada de legumes/folhas e fruta da época; lanche da tarde com pão doce e chá. O dia forneceu aproximadamente **188 g de carboidratos, 46 g de proteínas e 34 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.225 kcal**.

Dia 19 (sexta-feira): Café da manhã com pão francês com margarina e leite com cacau 50%; lanche da manhã com fruta da época; almoço com arroz e feijão, quivera com frango, salada de legumes/folhas e fruta da época; lanche da tarde com flocos de milho e leite integral. O dia forneceu aproximadamente **195 g de carboidratos, 50 g de proteínas e 36 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.290 kcal**.

Dia 22 (segunda-feira): Café da manhã com bolacha cream cracker ou torrada e café com leite; lanche da manhã com fruta da época; almoço com arroz e feijão, polenta com molho de tomate e carne moída, além de fruta da época; lanche da tarde com flocos de milho e iogurte. O dia forneceu aproximadamente **191 g de carboidratos, 47 g de proteínas e 35 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.245 kcal**.

Dia 23 (terça-feira): Café da manhã com virado de ovo e café com leite; lanche da manhã com fruta da época; almoço com arroz e feijão, pernil suíno acebolado, salada de legumes/folhas e fruta da época; lanche da tarde com pão com requeijão e chá. O dia forneceu aproximadamente **194 g de carboidratos, 49 g de proteínas e 36 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.275 kcal**.

Dia 24 (quarta-feira): Café da manhã com pão francês com pernil desfiado e café com leite; lanche da manhã com fruta da época; almoço com feijão cozido, arroz com frango, salada de legumes/folhas e fruta da época; lanche da tarde com bolacha rosquinha e suco de laranja. O dia forneceu aproximadamente **192 g de carboidratos, 48 g de proteínas e 35 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.255 kcal**.

Milena Carneiro de Miranda
Nutricionista
CRN8-14776

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Atenção aos alunos com necessidades alimentares especiais: É fundamental estar sempre atento às informações contidas nos rótulos dos alimentos. Comunicação eficaz entre nutricionista e a escola: A comunicação deve ser constante e clara. Em caso de qualquer dúvida, é importante entrar em contato com o nutricionista.

Dia 25 (quinta-feira): Café da manhã com bolo e chá mate; lanche da manhã com fruta da época; almoço com arroz e feijão, carne em iscas com batata, salada de legumes/folhas e fruta da época; lanche da tarde com pão com margarina e café com leite. O dia forneceu aproximadamente **196 g de carboidratos, 50 g de proteínas e 37 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.295 kcal**.

Dia 26 (sexta-feira): Café da manhã com pão francês com manteiga e leite com cacau 50%; lanche da manhã com fruta da época; almoço com arroz e feijão, quirera com carne de frango, salada de legumes/folhas e fruta da época; lanche da tarde com arroz doce moreninho e fruta. O dia forneceu aproximadamente **189 g de carboidratos, 47 g de proteínas e 34 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.235 kcal**.

Dia 29 (segunda-feira): Café da manhã com torrada ou bolacha salgada e café com leite; lanche da manhã com fruta da época; almoço com arroz e feijão cozidos, sopa de macarrão com carne moída e legumes; lanche da tarde com bolacha ou pipoca e suco de fruta 100%. O dia forneceu aproximadamente **182 g de carboidratos, 47 g de proteínas e 34 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.210 kcal**.

Dia 30 (terça-feira): Café da manhã com virado de carne e café com leite; lanche da manhã com fruta da época; almoço com feijão e arroz carreteiro; lanche da tarde com pão doce e chá. O dia forneceu aproximadamente **188 g de carboidratos, 49 g de proteínas e 36 g de lipídios**, totalizando cerca de **1.245 kcal**.

Milena Carneiro de Miranda
Nutricionista
CRN8-14776

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Atenção aos alunos com necessidades alimentares especiais: É fundamental estar sempre atento às informações contidas nos rótulos dos alimentos. Comunicação eficaz entre nutricionista e a escola: A comunicação deve ser constante e clara. Em caso de qualquer dúvida, é importante entrar em contato com o nutricionista.

CARDÁPIO
ESCOLAR

ESCOLA INTEGRAL

JUNHO
2026

PREFEITURA MUNICIPAL DE
SENGES
MELHOR A CADA DIA



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL INTEGRAL ARISTIDES
CARDÁPIO JUNHO/2026**

REFEIÇÃO	HORA	2ª-FEIRA 01.06.2026	3ª-FEIRA 02.06.2026	4ª-FEIRA - 03.06.2026	5ª-FEIRA - 04.06.2026	6ª-FEIRA 05.06.2026
CAFÉ DA MANHÃ	07:45	Bolacha Salgada Leite com cacau 50%	Fruta da época	Fruta da época	Feriado de Corpus Christi	
REFEIÇÃO ESPECIAL		Bolacha sem leite e ovos/ leite vegetal				
LANCHE DA MANHÃ	9:30	Pão Francês com margarina Café com leite	Bolo de banana com aveia Suco de fruta	Pão francês com carne de frango moída Suco de fruta		
REFEIÇÃO ESPECIAL		Margarina vegetal/chá matte ou leite vegetal	Bolo sem banana	Carne sem molho de tomate		
ALMOÇO	12:00 às 13:00	Macarrão com carne moída ao molho de tomate Saladas de legumes Salada de alface	Arroz cozido Feijão cozido Frango com legumes Salada de alface Laranja	Arroz cozido Virado de feijão Carne em iscas refogado Salada de alface		
REFEIÇÃO ESPECIAL		Macarrão sem ovos/sem molho de tomate				
LANCHE DA TARDE	14:15 A 14:45	Torrada com requeijão Suco de fruta	Pão Dog com margarina Chá matte	Pão doce Café com leite		
REFEIÇÃO ESPECIAL		Margarina vegetal	Pão francês/margarina vegetal	Pão francês/chá matte ou leite vegetal		


Mirele Ferreira Germinani
Nutricionista
CRN6 19871

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043


**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL INTEGRAL ARISTIDES
CARDÁPIO JUNHO/2026**

REFEIÇÃO	HORA	2ª-FEIRA 08.06.2026	3ª-FEIRA 09.06.2026	4ª-FEIRA 10.06.2026	5ª-FEIRA 11.06.2026	6ª-FEIRA 12.06.2026
CAFÉ DA MANHÃ	07:45	Bolacha rosquinha Café com leite	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Torradinha Café com leite
REFEIÇÃO ESPECIAL		Bolacha sem leite e ovos/ leite vegetal				Chá matte ou leite vegetal
LANCHE DA MANHÃ	9:30	Torrada com requeijão Suco de fruta	Torta de frango Suco de fruta	Bolacha crean cracker Vitamina de banana com aveia	Pão francês com patê de atum Suco de fruta	Flocos de milho iogurte
REFEIÇÃO ESPECIAL		Margarina vegetal	Torta sem leite/ovos	Bolacha sem leite e ovos/vitamina com leite vegetal/vitamina sem banana	Patê sem derivados de leite	iogurte vegetal
ALMOÇO	12:00 às 13:00	Arroz e feijão cozido Polenta com carne em iscas salada de couve Laranja	Arroz e feijão cozido Quirera com carne de porco Salada de legumes e folhas Fruta	Feijão cozido Arroz com frango Salada de alface Banana	Arroz e feijão Carne em iscas com mandioca (ou batata) Alface Fruta	Sopa de macarrão com carne em iscas e legumes Alface
REFEIÇÃO ESPECIAL						
LANCHE DA TARDE	14:15 à 14:45h	Pão francês com margarina Suco de fruta	Pão dog com requeijão Café com leite	Pão francês com carne moída ao molho Suco de fruta	Pão chineque Leite com cacau	Pão francês com frango moído Suco de fruta
REFEIÇÃO ESPECIAL		Margarina vegetal	Pão francês com margarina vegetal/ leite vegetal	Carne sem molho se tomate	Pão francês/chá matte ou leite vegetal	


Mirele Ferreira Germiniani
Nutricionista
CRN6 19871

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043


**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL INTEGRAL ARISTIDES
CARDÁPIO JUNHO/2026**

REFEIÇÃO	HORA	2ª-FEIRA 15.06.2026	3ª-FEIRA 16.06.2026	4ª-FEIRA - 17.06.2026	5ª-FEIRA - 18.06.2026	6ª-FEIRA 19.06.2026
CAFÉ DA MANHÃ	07:45	Bolacha Salgada Leite com cacau 50%	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
REFEIÇÃO ESPECIAL		Bolacha sem leite e ovos/ leite vegetal				
LANCHE DA MANHÃ	9:30	Pão Francês com margarina Café com leite	Bolo de milho Chá matte	Pão francês com carne de frango moída Suco de fruta	Pão francês com requeijão Leite com cacau 50%	Pão Francês com patê de frango
REFEIÇÃO ESPECIAL		Margarina vegetal/chá matte ou leite vegetal	Bolo sem leite e ovos	Carne sem molho de tomate	Margarina vegetal/leite vegetal	Patê sem derivados de leite
ALMOÇO	12:00 às 13:00	Macarrão com carne moída ao molho de tomate Saladas de legumes Salada de alface	Arroz cozido Feijão cozido Frango com legumes Salada de alface Laranja	Arroz cozido Virado de feijão Carne em iscas refogado Salada de alface	Arroz cozido Feijão cozido Polenta Carne moída ao molho Maçã	Arroz cozido Feijão cozido Pernil suíno com batatas Salada de couve Laranja
REFEIÇÃO ESPECIAL		Macarrão sem ovos/sem molho de tomate			Carne sem molho	
LANCHE DA TARDE	14:15 A 14:45	Torrada com requeijão Suco de fruta	Pão Dog com margarina Suco de fruta	Pão doce Café com leite	Torrada com manteiga vitamina de banana	Arroz doce moreninho
REFEIÇÃO ESPECIAL		Margarina vegetal	Pão francês com margarina vegetal	Pão francês/chá matte ou leite vegetal	Margarina vegetal/ vitamina com leite vegetal/vitamina sem banana	Arroz doce com leite de amêndoas


Mirele Ferreira Germiniani
Nutricionista
CRN6 19871

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043


**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL INTEGRAL ARISTIDES
CARDÁPIO JUNHO/2026**

REFEIÇÃO	HORA	2ª-FEIRA 22.06.2026	3ª-FEIRA 23.06.2026	4ª-FEIRA 24.06.2026	5ª-FEIRA 25.06.2026	6ª-FEIRA 26.06.2026
CAFÉ DA MANHÃ	07:45	Bolacha rosquinha Café com leite	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Torradinha Café com leite
REFEIÇÃO ESPECIAL		Bolacha sem leite e ovos/ leite vegetal	Bolacha sem leite e ovos			
LANCHE DA MANHÃ	9:30	Torrada com requeijão Leite com cacau	Torta de frango Suco de fruta	Bolacha crean cracker Vitamina de banana com aveia	Pão francês com patê de atum Suco de fruta	Flocos de milho logurte
REFEIÇÃO ESPECIAL		Torrada sem glúten, leite e ovos/leite vegetal	Margarina vegetal/chá matte ou leite vegetal	Torta sem leite/ovos	Bolacha sem leite e ovos/vitamina com leite vegetal/vitamina sem banana	Patê sem derivados de leite
ALMOÇO	12:00 às 13:00	Arroz e feijão cozido Polenta com carne em iscas salada de couve Laranja	Arroz e feijão cozido Quirera com carne de porco Salada de legumes e folhas Fruta	Feijão cozido Arroz com frango Salada de alface Banana	Arroz e feijão Carne em iscas com mandioca (ou batata) Alface Fruta	Sopa de macarrão com carne em iscas e legumes Alface
REFEIÇÃO ESPECIAL		Macarrão sem glúten, leite e ovos/frango sem molho de tomate				
LANCHE DA TARDE	14:15 à 14:45h	Pão francês com margarina Suco de fruta	Pão dog com requeijão Suco de fruta	Pão francês com carne moída ao molho Suco de fruta	Pão chineque Leite com cacau	Pão francês com frango moído Suco de fruta
REFEIÇÃO ESPECIAL		Pão sem glúten, leite e ovos/margarina vegetal	Margarina vegetal	Pão francês com margarina vegetal	Carne sem molho se tomate	Pão francês/chá matte ou leite vegetal

Mirele Ferreira Germiniani
Nutricionista
CRN6 19871

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL INTEGRAL ARISTIDES
CARDÁPIO JUNHO/2026**

REFEIÇÃO	HORA	2ª-FEIRA 29.06.2026	3ª-FEIRA 30.06.2026
CAFÉ DA MANHÃ	07:45	Fruta da época	Fruta da época
REFEIÇÃO ESPECIAL			
LANCHE DA MANHÃ	9:30	Pão francês com requeijão Suco de fruta	Pão Francês com patê de frango
REFEIÇÃO ESPECIAL			Patê sem derivados de leite
ALMOÇO	12:00 às 13:00	Arroz cozido Feijão cozido Polenta Carne moída ao molho Maçã	Arroz cozido Feijão cozido Pernil suíno com batatas Salada de couve Laranja
REFEIÇÃO ESPECIAL			
LANCHE DA TARDE	14:15 à 14:45h	Torrada com manteiga vitamina de banana	Arroz doce moreninho
REFEIÇÃO ESPECIAL		Margarina vegetal/ vitamina com leite vegetal/vitamina sem banana	Arroz doce com leite de amêndoas


Mirele Ferreira Germinani
Nutricionista
CRN6 19871

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043
