



CARDÁPIO ESCOLAR

ESCOLA INTEGRAL SETEMBRO 2026

PREFEITURA MUNICIPAL DE
SENGES
MELHOR A CADA DIA



♥ SUA VIDA
IMPORTA!
🧡

VOCÊ NÃO
ESTÁ SOZINHO!
♥

PEQUENAS
CONVERSAS
PODEM
SALVAR VIDAS!
♥

ESCUTE.
ACOLHA.
APOIE.
♥



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGES-PR - ESCOLA MUNICIPAL DO CAMPO DE ENSINO INTEGRAL MÉDICI CARDÁPIO DE SETEMBRO/2026

REFEIÇÃO	HORA	3ª FEIRA 01.09.2026	4ª FEIRA 02.09.2026	5ª FEIRA 03.09.2026	6ª FEIRA 04.09.2026
CAFÉ DA MANHÃ	08:05 à 08:50	Virado de feijão com carne desfiada	Pão francês com patê de frango	Bolo de chocolate	Pão dog com requeijão
		Café com leite	Leite com cacau 50%	Café com leite	Café com leite
REFEIÇÃO ESPECIAL		Café com leite zero lactose	Leite zero lactose com achocolatado 3 corações	Bolo sem leite e glúten/ Café com leite zero lactose	Pão sem glúten/Café com leite zero lactose
LANCHE DA MANHÃ	10:00	Maçã	Bolacha cream cracker Suco integral	Banana	Banana
REFEIÇÃO ESPECIAL		-	-	-	-
ALMOÇO	11:00 à 13:00	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão
		Quirera com frango	Escondidinho de carne moída	Polenta Carne moída refogada ao molho de tomate	Pernil suíno com mandioca
		Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas
		-	Laranja	Laranja	-
REFEIÇÃO ESPECIAL		-	-	-	-
LANCHE DA TARDE	14:15 à 14:45	Pão dog com margarina	Vitamina de maracujá com leite	Pão doce	Flocos de milho
		Chá mate	Bolacha maisena	Café com leite	Iogurte
REFEIÇÃO ESPECIAL		Pão sem glúten com margarina	Bolacha sem glúten/leite zero lactose	Pão sem glúten com geléia	Iogurte zero lactose

ORIENTAÇÕES PARA A ALIMENTAÇÃO DOS ALUNOS COM SELETIVIDADE ALIMENTAR:

- **BRYAN:** Café da manhã/tarde: iogurte de morango, bolacha maisena ou de coco, banana. Almoço: pão de forma com hambúrguer caseiro e suco natural de laranja.
- **HEITOR:** Não misturar a comida no prato; Não aceita: feijão, legumes e verduras. Café da manhã/tarde: bolacha salgada, bordas do bolo, pão dog, cereal, café com leite, achocolatado, banana e maçã. Almoço: macarrão Ave Maria ou de letrinhas sem molho, arroz, carne moída, hambúrguer caseiro, ovo mexido e carne em pedaços (não desfiar).
- **JOSÉ:** Não misturar a comida no prato. Não aceita: carne moída ou desfiada, pão e cereal. Café da manhã/tarde: servir bolacha quando for pão ou cereal; bolo chocolate, iogurte, bolachas doces, banana, laranja e ponkan. Almoço: arroz, feijão branco, macarrão sem molho, polenta, mandioca, batata e carne em pedaços (não desfiar).

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL DO CAMPO DE ESNINO INTEGRAL MÉDICI

CARDÁPIO SETEMBRO/2026

REFEIÇÃO	HORA	2ª-FEIRA 07.09.2026	3ª-FEIRA 08.09.2026	4ª-FEIRA 09.09.2026	5ª-FEIRA 10.09.2026	6ª-FEIRA 11.09.2026		
CAFÉ DA MANHÃ	8:05 à 8:50	FERIADO	Virado de ovo	Pão dog com requeijão	Torta de carne moída	CURSO PROFESSORES		
			Café com leite	Café com leite	Café com leite			
REFEIÇÃO ESPECIAL			Café com leite zero lactose	Pão sem glúten	Torta sem glúten e sem lactose			
LANCHE DA MANHÃ	10:00		Bolacha rosquinha Suco de fruta	Bolacha maisena Chá mate	Banana			
REFEIÇÃO ESPECIAL			-	-	-			
ALMOÇO	11:00 à 13:00		Feijão	Arroz e Feijão	Feijão			
			Arroz com frango e milho	Pernil suíno em cubos acebolado	Carne em iscas Batata ou mandioca			
			Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas			
			Fruta da época	Fruta da época	Banana			
			-	Laranja	-			
REFEIÇÃO ESPECIAL			Pão dog com manteiga	Vitamina de morango	Pão doce			
LANCHE DA TARDE	14:15 à 14:45h		Leite com cacau 50%	Bolacha cream cracker	Suco de fruta			
REFEIÇÃO ESPECIAL			Pão sem glúten com margarina/Leite zero lactose com achocolatado 3 corações	Bolacha sem glúten/Leite zero lactose	Pão sem glúten/Café com leite zero lactose			
ORIENTAÇÕES PARA A ALIMENTAÇÃO DOS ALUNOS COM SELETIVIDADE ALIMENTAR:								
- BRYAN: Café da manhã/tarde: iogurte de morango, bolacha maisena ou de coco, banana. Almoço: pão de forma com hambúrguer caseiro e suco natural de laranja.								
- HEITOR: Não misturar a comida no prato; Não aceita: feijão, legumes e verduras. Café da manhã/tarde: bolacha salgada, bordas do bolo, pão dog, cereal, café com leite, achocolatado, banana e maçã. Almoço: macarrão Ave Maria ou de letrinhas sem molho, arroz, carne moída, hambúrguer caseiro, ovo mexido e carne em pedaços (não desfiar).								
- JOSÉ: Não misturar a comida no prato. Não aceita: carne moída ou desfiada, pão e cereal. Café da manhã/tarde: servir bolacha quando for pão ou cereal; bolo chocolate, iogurte, bolacha doces, banana, laranja e ponkan. Almoço: arroz, feijão branco, macarrão sem molho, polenta, mandioca, batata e carne em pedaços (não desfiar).								



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL DO CAMPO DE ENSINO INTEGRAL MÉDICI

CARDÁPIO DE SETEMBRO/2026

REFEIÇÃO	HORA	2ª FEIRA 14.09.2026	3ª FEIRA 15.09.2026	4ª FEIRA 16.09.2026	5ª FEIRA 17.09.2026	6ª FEIRA 18.09.2026
CAFÉ DA MANHÃ	08:05 à 08:50	Torrada/Bolacha	Biscoito montanha russa (teste)	Pão francês com requeijão	Bolo de mesclado (massa branca/chocolate)	Pão francês com frango moído ao molho de tomate
		Café com leite	Café com leite	Leite com cacau 50%	Café com leite	Café com leite
REFEIÇÃO ESPECIAL		Bolacha zero glúten/Café com leite zero lactose	Café com leite zero lactose	Pão sem glúten com requeijão zero lactose/Leite com achocolatado 3 corações	Bolo sem leite e glúten	Pão sem glúten/ Café com leite zero lactose
LANCHE DA MANHÃ	10:00	Bolacha rosquinha	Bolacha maisena	Laranja	Banana	Banana
		Suco integral	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
		Macarrão com molho de frango moído	Quirera com carne de porco	Carne moída refogada	Frango em cubos com legumes (batata,cenoura)	Carne em iscas Batata ou mandioca
		Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas
		Maçã	-	Laranja	-	Laranja
REFEIÇÃO ESPECIAL		Macarrão sem glúten	-	-	-	-
LANCHE DA TARDE	14:15 à 14:45	Flocos de milho	Pão dog com margarina	Rosquinha	Pão dog com manteiga	Bolacha maisena
		Iogurte	Leite com cacau 50%	Chá mate	Suco de fruta	Vitamina de maracujá
REFEIÇÃO ESPECIAL		Bolacha sem glúten	Pão sem glúten/Leite zero lactose com achocolatado 3 corações	Bolacha sem glúten/Iogurte zero lactose	Pão sem glúten com geléia	Bolacha sem glúten/Iogurte zero lactose

ORIENTAÇÕES PARA A ALIMENTAÇÃO DOS ALUNOS COM SELETIVIDADE ALIMENTAR:

- **BRYAN:** Café da manhã/tarde: iogurte de morango, bolacha maisena ou de coco, banana. Almoço: pão de forma com hambúrguer caseiro e suco natural de laranja.
- **HEITOR:** Não misturar a comida no prato; Não aceita: feijão, legumes e verduras. Café da manhã/tarde: bolacha salgada, bordas do bolo, pão dog, cereal, café com leite, achocolatado, banana e maçã. Almoço: macarrão Ave Maria ou de letrinhas sem molho, arroz, carne moída, hambúrguer caseiro, ovo mexido e carne em pedaços (não desfiar).
- **JOSÉ:** Não misturar a comida no prato. Não aceita: carne moída ou desfiada, pão e cereal. Café da manhã/tarde: servir bolacha quando for pão ou cereal; bolo chocolate, iogurte, bolachinhas doces, banana, laranja e ponkan. Almoço: arroz, feijão branco, macarrão sem molho, polenta, mandioca, batata e carne em pedaços (não desfiar).



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL DO CAMPO DE ENSINO INTEGRAL MÉDICI

CARDÁPIO DE SETEMBRO/2026

REFEIÇÃO	HORA	2ª FEIRA 21.09.2026	3ª FEIRA 22.09.2026	4ª FEIRA 23.09.2026	5ª FEIRA 24.09.2026	6ª FEIRA 25.09.2026
CAFÉ DA MANHÃ	08:05 à 08:50	Torrada/bolacha	Torta de frango	Pão francês com margarina	Kibe assado	Pão dog com manteiga
		Café com leite	Café com leite	Café com leite	Chá mate	Café com leite
REFEIÇÃO ESPECIAL		Bolacha sem glúten/Café com leite zero lactose	Torta sem leite e glúten/Café com leite zero lactose	Pão sem glúten/ Café com leite zero lactose	-	Pão sem glúten/Café com leite zero lactose
LANCHE DA MANHÃ	10:00	Bolacha rosquinha	Maçã	Bolacha maisena	Banana	Banana
		Suco integral		Leite com cacau 50%		
REFEIÇÃO ESPECIAL		-	-	-	-	-
ALMOÇO	11:00 à 13:00	Arroz e feijão	Feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Arroz e feijão
		Polenta	Arroz com frango e milho	Carne em iscas acebolada	Strogonoff de frango	Carne moída refogada
		Carne de porco desfiada ao molho de tomate				
		Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas
		-	-	Laranja	Fruta da época	Laranja
REFEIÇÃO ESPECIAL		-	-	-	-	-
LANCHE DA TARDE	14:15 à 14:45	Mingau de aveia com cacau 50%	Pão dog com requeijão	Bolacha cream cracker	Pão doce	Canjica
		Bolacha maisena	Chá mate	Vitamina de maracujá	Café com leite	
REFEIÇÃO ESPECIAL		Mingau com leite zero lactose e achocolatado 3 corações	Pão sem glúten com requeijão zero lactose	Bolacha sem glúten/Leite zero lactose	Café com leite zero lactose	Canjica com leite zero lactose

ORIENTAÇÕES PARA A ALIMENTAÇÃO DOS ALUNOS COM SELETIVIDADE ALIMENTAR:

- **BRYAN:** Café da manhã/tarde: iogurte de morango, bolacha maisena ou de coco, banana. **Almoço:** pão de forma com hambúrguer caseiro e suco natural de laranja.
- **HEITOR:** **Não misturar a comida no prato; Não aceita:** feijão, legumes e verduras. **Café da manhã/tarde:** bolacha salgada, bordas do bolo, pão dog, cereal, café com leite, achocolatado, banana e maçã. **Almoço:** macarrão Ave Maria ou de letrinhas sem molho, arroz, carne moída, hambúrguer caseiro, ovo mexido e carne em pedaços (não desfiar).
- **JOSÉ:** **Não misturar a comida no prato. Não aceita:** carne moída ou desfiada, pão e cereal. **Café da manhã/tarde:** servir bolacha quando for pão ou cereal; bolo chocolate, iogurte, bolachas doces, banana, laranja e ponkan. **Almoço:** arroz, feijão branco, macarrão sem molho, polenta, mandioca, batata e carne em pedaços (não desfiar).



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL DO CAMPO DE ENSINO INTEGRAL MÉDICI

CARDÁPIO DE SETEMBRO/2026

REFEIÇÃO	HORA	2ª FEIRA 28.09.2026	3ª FEIRA 29.09.2026	4ª FEIRA 30.09.2026	
CAFÉ DA MANHÃ	08:05 à 08:50	Torrada/bolacha	Virado de frango com ovo cozido	Pão francês com margarina	
		Café com leite	Café com leite	Chá mate	
REFEIÇÃO ESPECIAL		Bolacha sem glúten/Café com leite zero lactose	Café com leite zero lactose	Pão sem glúten com margarina	
LANCHE DA MANHÃ	10:00	Bolacha cream cracker Chá mate	Bolacha maisena Café com leite	Bolacha rosquinha Suco integral	
		REFEIÇÃO ESPECIAL		-	
ALMOÇO	11:00 à 13:00	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Feijão	
		Sopa de macarrão com carne moída, cenoura e molho de tomate	Carne em iscas acebolada	Arroz com frango	
		Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas	Salada de legumes/folhas	
		-	-	Laranja	
REFEIÇÃO ESPECIAL		-	-	-	
LANCHE DA TARDE	14:15 à 14:45	Flocos de milho	Pão dog com requeijão	Biscoito montanha russa	
		logurte	Leite com cacau 50%	Café com leite	
REFEIÇÃO ESPECIAL		logurte zero lactose	Pão sem glúten com requeijão zero lactose/ Leite zero lactose com achocolatado 3 corações	Café com leite zero lactose	

ORIENTAÇÕES PARA A ALIMENTAÇÃO DOS ALUNOS COM SELETIVIDADE ALIMENTAR:

- **BRYAN:** Café da manhã/tarde: iogurte de morango, bolacha maisena ou de coco, banana. Almoço: pão de forma com hambúrguer caseiro e suco natural de laranja.
- **HEITOR:** Não misturar a comida no prato; Não aceita: feijão, legumes e verduras. Café da manhã/tarde: bolacha salgada, bordas do bolo, pão dog, cereal, café com leite, achocolatado, banana e maçã. Almoço: macarrão Ave Maria ou de letrinhas sem molho, arroz, carne moída, hambúrguer caseiro, ovo mexido e carne em pedaços (não desfiar).
- **JOSÉ:** Não misturar a comida no prato. Não aceita: carne moída ou desfiada, pão e cereal. Café da manhã/tarde: servir bolacha quando for pão ou cereal; bolo chocolate, iogurte, bolachas doces, banana, laranja e ponkan. Almoço: arroz, feijão branco, macarrão sem molho, polenta, mandioca, batata e carne em pedaços (não desfiar).

CÁLCULO NUTRICIONAL ESCOLA MÉDICI/ MÊS SETEMBRO				
MACRONUTRIENTES	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Energia (kcal)
Média diária	161 g	38 g	29 g	1052 kcal
Referência PNAE 2026 (Período Parcial – Educação Infantil e Ensino Fundamental I)	130 a 187 g	24 a 43 g	26 a 45 g	965 a 1150 kcal

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.

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.

Milena Camargo de Miranda
Nutricionista
CRN8-14776

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Milena Camargo de Miranda
Nutricionista QT CRN 8 14776

Júlio Aparecido Leite da Rosa Melo
Nutricionista RT CRN 17043



CARDÁPIO ESCOLAR

ESCOLA INTEGRAL SETEMBRO 2026

PREFEITURA MUNICIPAL DE
SENGES
MELHOR A CADA DIA



♥ SUA VIDA
IMPORTA!
🧡

VOCÊ NÃO
ESTÁ SOZINHO!
♥

PEQUENAS
CONVERSAS
PODEM
SALVAR VIDAS!
♥

ESCUTE.
ACOLHA.
APOIE.
♥

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL INTEGRAL ARISTIDES						
CARDÁPIO SETEMBRO/2026						
REFEIÇÃO	HORA	2ª-FEIRA	3ª-FEIRA – 01.09.2026	4ª-FEIRA – 02.09.2026	5ª-FEIRA – 03.09.2026	6ª-FEIRA – 04.09.2026
ENTRADA	7:45		Fruta da época	Fruta da época	Banana	Banana
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES						
LANCHE DA MANHÃ	9:30		Torrada	Torta de legumes (cenoura, chuchu, abobrinha)	Pão francês com manteiga	Pão francês com carne moída
			Café com leite	Suco de fruta	Café com leite	Suco de laranja
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES			Leite zero lactose/Leite vegetal	Torta sem leite e sem ovos Requeijão sem lactose/margarina vegetal/ Leite zero lactose/ leite vegetal	Pão francês/margarina vegetal/leite zero lactose	
ALMOÇO	12:00 à 13:00		Arroz e feijão cozidos	Arroz e feijão cozidos	Arroz e feijão cozidos	Feijão cozido
			Carne moída ao molho de tomate	Frango com legumes	Sopa de mandioca com carne bovina em tiras	Arroz com frango e legumes
			Abobrinha refogada	Salada de repolho Cenoura cozida	Salada de Legumes	Salada de folhas
			Salada de folhas	Alface	Salada de folhas	Laranja
			Laranja	Laranja	Banana	
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES					Substituir por outra fruta	
LANCHE DA TARDE	14:15 à 14:45		Flocos de milho	Pão dog com requeijão	Pão dog com margarina	Bolacha crean crecker
			logurte de morango	Leite com cacau 50%	Suco de fruta	Vitamina de banana
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES			logurte zero lactose	Requeijão sem lactose/margarina vegetal/ Leite zero lactose/ leite vegetal	Margarina vegetal	Leite vegetal

Cardápio sujeito a alterações

Mirele Ferreira Germiniani
Nutricionista
CRN 8 19871

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

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

REFEIÇÃO	HORA	2ª-FEIRA 07.09.26	3ª-FEIRA 08.09.26	4ª-FEIRA 09.09.2026	5ª-FEIRA 10.09.2026	6ª-FEIRA 11.09.2026
v	7:45	-	Fruta da época	Maçã	Banana	
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES		-	-	-	-	
LANCHE DA MANHÃ	9:30	-	Pão francês com requeijão	Bolo de laranja	Pão dog com margarina	
		-	Suco de fruta	Chá matte	Café com leite	
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES		-	Margarina vegetal/ requeijão zero lactose	Bolo sem leite e ovos	Margarina vegetal/leite vegetal/leite zero lactose	
ALMOÇO	12:00 à 13:00	-	Arroz feijão cozidos	Feijão cozido	Arroz e feijão cozidos	
		-	Pernil de porco com legumes (tomate, batata, pimentão)	Arroz com frango, cenoura e tomate	Carne em tiras ao molho	
		-	Salada de cenoura e beterraba ralada	Alface	Salada de repolho	
		-	Laranja	Laranja	Banana	
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES		-				
LANCHE DA TARDE	14:15 à 14:45	-	Pão dog com geléia diet	Pão dog com ovo mexido	Torrada com requeijão	
		-	Suco de laranja	Leite com chocolate 50%	Leite com cacau 50%	
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES		-		Margarina vegetal/leite vegetal / leite zero lactose	Margarina vegetal/ leite zero lactose	

Cardápio sujeito a alterações

Mirele Ferreira Germiniani
Nutricionista
CRN8 19871

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL INTEGRAL ARISTIDES						
CARDÁPIO SETEMBRO/2026						
REFEIÇÃO	HORA	2ª-FEIRA – 14.09.2026	3ª-FEIRA – 15.09.2026	4ª-FEIRA – 16.09.2026	5ª-FEIRA 17.09.2026	6ª-FEIRA – 18.09.2026
ENTRADA	7:45	Bolacha	Laranja	Laranja	Banana	Banana
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES		Sem leite e ovos	-	-	-	-
LANCHE DA MANHÃ	9:30	Torrada com margarina	Bolo mesclado de chocolate 50% com cenoura	Pão dog com requeijão	Pão francês com margarina	Pão francês com ovo mexido
		Café com leite	Chá matte	Leite com cacau 50%	Vitamina de banana	Suco de laranja
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES		Café com leite zero lactose/ leite vegetal/ margarina vegetal	Bolo sem leite e ovos	Requeijão sem lactose/margarina vegetal/ Leite zero lactose/ leite vegetal	Margarina vegetal/leite zero lactose/ leite vegetal/ substituir a banana por cacau 50%	Substituir o ovo mexido por margarina vegetal
ALMOÇO	12:00 à 13:00	Arroz e feijão cozidos	Arroz e feijão cozidos	Arroz e feijão cozidos	Arroz e feijão cozidos	Feijão cozido
		Carne moída	Pernil suíno com batata e legumes	Frango com legumes	Sopa de mandioca com carne bovina em tiras	Arroz com frango e legumes
		Salada de folhas	Salada folhas	Salada de folhas	Salada de legumes	Salada de folhas
		Laranja	Banana	Laranja		Fruta da época
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES			Substituir por outra fruta	Carne sem molho de tomate	Substituir por outra fruta	-
LANCHE DA TARDE	14:15 à 14:45	Virado de frango com ovo cozido	Pão dog com margarina	Torta de legumes (cenoura, chuchu, abobrinha)	Bolacha crean cracker	Pão francês com requeijão
		Suco de uva	Leite com cacau 50%	Suco de fruta	Café com leite	Suco de fruta
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES		Virado sem ovo	Margarina vegetal/ leite vegetal	Torta sem leite e sem ovos	Bolacha sem leite e ovos	Requeijão zero lactose

Cardápio sujeito a alterações

Mirele Ferreira Germiniani
Nutricionista
CRN8 19871

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

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

REFEIÇÃO	HORA	2ª-FEIRA – 21.09.2026	3ª-FEIRA – 22.09.2026	4ª-FEIRA – 23.09.2026	5ª-FEIRA – 24.09.2026	6ª-FEIRA 25.09.2026
ENTRADA	7:45	Bolacha	Laranja	Laranja	Banana	Banana
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES				-	-	-
LANCHE DA MANHÃ	9:30	Torrada com requeijão	Pão francês com requeijão	Pão chineque	Torta de frango com cenoura, abobrinha e milho	Pão dog com carne moída
		Café com chocolate 50%	Suco de fruta	Vitamina de banana	Chá matte	Chá matte
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES		Requeijão zero lactose/margarina vegetal/leite zero lactose/leite vegetal	Margarina vegetal/ requeijão zero lactose	Pão dog com margarina vegetal/ leite zero lactose/ leite vegetal	Torta sem leite e sem ovos	
ALMOÇO	12:00 à 13:00	Arroz e feijão cozidos	Arroz feijão cozidos Pernil de porco com legumes (tomate, batata, pimentão)	Arroz e feijão cozidos	Arroz e feijão cozidos	Arroz e feijão cozidos
		Carne moída ao molho com legumes	Salada de folhas	Frango com cenoura e tomate	Carne em tiras ao molho	Omelete de forno com couve e cenoura
		Salada de folhas		Alface	Salada de repolho	Alface
			Fruta da época	Laranja	Banana	Suco de laranja
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES					Substituir a banana	
LANCHE DA TARDE	14:15 às 14:45h	Pão dog com margarina	Pão chineque	Pão francês com margarina	Pão dog com margarina	Bolo mesclado (chocolate 50% e massa de beterraba)
		Iogurte	Suco de laranja	Leite com chocolate 50%	Café com leite	
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES		Margarina vegetal/iogurte zero lactose/vegetal	Pão dog com margarina vegetal	Margarina vegetal/leite vegetal / leite zero lactose	Margarina vegetal/leite vegetal e zero lactose	Bolo sem leite e ovos

Cardápio sujeito a alterações

Mirele Ferreira Germiniani
Nutricionista
CRN 8 19871

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SENGÉS-PR - ESCOLA MUNICIPAL INTEGRAL ARISTIDES						
CARDÁPIO SETEMBRO/2026						
REFEIÇÃO	HORA	2ª-FEIRA – 28.09.2026	3ª-FEIRA – 29.09.2026	4ª-FEIRA – 30.09.2026	5ª-FEIRA	6ª-FEIRA
ENTRADA	7:45	Fruta da época	Banana	Laranja		
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES				-	-	-
LANCHE DA MANHÃ	9:30	Pão dog com margarina	Torta de frango com legumes	Torrada com margarina		
		Café com leite	Chá matte	Vitamina de banana		
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES		Margarina vegetal/leite vegetal/leite zero lactose	Torta sem leite e sem ovos	Margarina vegetal/leite zero lactose/leite vegetal		
ALMOÇO	12:00 à 13:00	Arroz e feijão cozidos Carne em tiras ao molho	Arroz e feijão cozidos	Arroz e feijão cozidos		
			Omelete de forno com couve e cenoura	Carne moída com cenoura e tomate		
		Salada de repolho	Alface	Alface		
		Banana	Maçã	Laranja		
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES		Substituir a banana				
LANCHE DA TARDE	14:15 às 14:45h	Flocos de milho	Pão dog ovo mexido	Pão francês com patê de frango		
		Leite	Chá matte	Leite com chocolate 50%		
REFEIÇÃO ESPECIAL						
ARISTIDES		Leite zero lactose/leite vegetal	Margarina vegetal	Patê com requeijão zero lactose/leite vegetal / leite zero lactose		

Cardápio sujeito a alterações

Mirele Ferreira Germiniani
Nutricionista
CRN8 19871

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043