

MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL – BERÇARIO (6 meses a 1 ano e 1 mês) OUTUBRO DE 2023

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209



02 A 06/10	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
CAFÉ DA MANHÃ	Alimentação Láctea OU Banana	Alimentação Láctea OU Ovo Mexido	Alimentação Láctea OU banana	Alimentação Láctea OU papa de maçã	Alimentação Láctea OU banana
ALMOÇO	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, polenta mole com Frango em molho. Cenoura Cozida	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, Carne de Panela, purê de batata, salada de couve flor	Caldo de Feijão, arroz papa, Iscas de frango com Refogado de legumes (abobrinha, cenoura, milho verde e salada de beterraba	Feijoada (mais o caldo com carne suína bem cozida desfiada), arroz papa, refogado de couve com cenoura + (Salada de BRÓCOLIS)	Caldo de Feijão, arroz papa, macarrão cabelo de anjo com carne moída e salada de cenoura
12h00	Alimentação Láctea (sem açúcar)	Alimentação Láctea (sem açúcar)	Alimentação Láctea (sem açúcar)	Alimentação Láctea (sem açúcar)	Alimentação Láctea (sem açúcar)
LANCHE 1 14h00	Papa de Maçã (sem açúcar)	Banana (sem açúcar)	Melão (sem açúcar)	Mamão (sem açúcar)	Papa de Maçã (sem açúcar)
JANTAR	Sopa de Feijão com Cabelo de Anjo (Batata, Cenoura).	Polenta com Leite	Quirerinha mole com carne suína e Beterraba cozida	Sopa de frango com macarrão letrinha (batata, cenoura e brócolis)	Galinhada com açafrão e salada de beterraba
09 A 13/10	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
CAFÉ DA MANHÃ	Alimentação Láctea OU Banana	Alimentação Láctea OU Ovo Mexido	Alimentação Láctea OU banana	FERIADO	RECESSO
ALMOÇO	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, Polenta mole com carne moída e salada de cenoura cozida	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, carne de panela com batatas em molho, salada de beterraba cozida	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, frango em molho, mandioca, salada de brócolis	FERIADO	RECESSO
12h00	Alimentação Láctea (sem açúcar)	Alimentação Láctea (sem açúcar)	Alimentação Láctea (sem açúcar)	FERIADO	RECESSO
LANCHE 1 14h00	Maçã	Morango e uva	Mamão	FERIADO	RECESSO
JANTAR	Risoto de Frango com arroz branco e Salada de beterraba cozida	Sopa de Musculo com Cabelo de anjo e Legumes (Cenoura e Batata)	Macarrão Cabelo de anjo com carne moída em molho e salada de ABOBRINHA Cozida	FERIADO	RECESSO

MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL – BERÇARIO (6 meses a 1 ano e 1 mês) OUTUBRO DE 2023

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209



16 A 20/10	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
CAFÉ DA MANHÃ	Alimentação Láctea OU melão	Alimentação Láctea OU OVO MEXIDO	Alimentação Láctea OU Banana	Alimentação Láctea OU Banana	Alimentação Láctea OU Maçã
ALMOÇO 10:00h	Caldo de Feijão, arroz macarrão cabelo de anjo com carne moída e salada de abobrinha cozida	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, Carne de Panela com Batatas e salada de beterraba cozida	Caldo de Feijão, Arroz Papa, Carne Suína e Refogado de legumes (cenoura e couve manteiga)	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, frango em molho, purê de batata e Salada de Cenoura cozida.	Caldo de Feijão, Arroz Papa, Frango com purê de Batata doce e Salada de couve flor cozida
12h00	Alimentação Láctea	Alimentação Láctea	Alimentação Láctea	Alimentação Láctea	Alimentação Láctea
LANCHE 1 14h00	Papa de Maçã (sem açúcar)	Banana (sem açúcar)	Melancia (sem açúcar)	Mamão (sem açúcar)	Banana (sem açúcar)
JANTAR	Canja de frango, arroz, Legumes (batata, Batata Salsa e Cenoura)	Sopa de Musculo com Cabelo de anjo e Legumes (Cenoura Batata e abobrinha)	Risoto de frango e Salada de Beterraba cozida	Purê de Mandioca com Carne Moída e Cenoura cozida	Sopa de Feijão com macarrão cabelo de anjo, batata e cenoura.
23 A 27/10	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
CAFÉ DA MANHÃ	Alimentação Láctea OU Mamão	Alimentação Láctea OU OVO MEXIDO	Alimentação Láctea OU Banana	Alimentação Láctea OU Banana	Alimentação Láctea OU Papa de Maçã
ALMOÇO 10:00h	Caldo de Feijão, arroz papa, Ovo mexido com Frango e salada de Couve flor	Caldo de Feijão, arroz papa, frango em molho, purê de batata e salada de beterraba cozida	Caldo de Feijão, arroz papa, Abóbriinha refogada com carne moída e salada de cenoura cozida	Caldo de Feijão, arroz papa, Vaca atolada (Mandioca + Panela) e salada de Beterraba e Cenoura Cozidas	Caldo de Feijão, arroz papa, frango em molho , creme de milho, e salada de tomate picadinho
12h00	Alimentação Láctea	Alimentação Láctea	Alimentação Láctea	Alimentação Láctea	Alimentação Láctea
LANCHE 1 14h00	Maçã	Banana	mamão	Banana	Manga
JANTAR	Macarrão Cabelo de anjo com Moída e salada de Beterraba Cozida	Sopa de feijão com macarrão conchinha, batata e cenoura	Polenta mole com Frango em molho e Salada de Brocolis	Canja de frango, arroz, Legumes (batata, e Cenoura)	Quirerinha com Suíno
<p>OBS: 6 a 8 meses: Alimentos bem amassados - 9 a 12 meses: Alimentos levemente amassados ou em pedaços (picadinhos) NÃO SERVIR BISCOITOS PARA O BERÇÁRIO - OFERTAR CHÁ NATURAL DA COOPAFI E SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR OFERTAR ALIMENTOS EM CONSISTÊNCIA ÚMIDA - AOS ALUNOS INTOLERANTES OFERTAR LEITE SEM LACTOSE</p>					

MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO INFANTIL – BERÇARIO (6 meses a 1 ano e 1 mês) OUTUBRO DE 2023
Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209



**MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC****CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (1 a 3 anos) – OUTUBRO 2023**

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
02 A 06/10					
CAFÉ DA MANHÃ 08:00h	Pão Fatiado quente com manteiga e CHÁ CAPIM LIMAO	Pão caseiro com Ovo mexido e Leite Morno	Pão Fatiado e Manteiga e Leite Morno com Cacau	Pão de Milho com Nata e Chá de POEJO	CREPIOCA (goma de tapioca + ovo) com Queijo, tomate e orégano e Leite com Cacau
ALMOÇO 10:45 / 11:15h	Arroz, Feijão, Polenta, Frango em molho, Salada de Repolho e Beterraba .	Arroz, Feijão, Carne de Panela ao molho , Purê de Batata, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Estrogonofe de Frango, Salada Cenoura e BROCOLIS.	Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de couve manteiga com cenoura, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Torta Quibe Salada de Repolho com Cenoura ralada.
LANCHE 1 14h00	Maçã	Melão	Banana	Manga	Banana
LANCHE 2 15:45 / 16:00h	Sopa de Musculo com Macarrão Cabelo de Anjo, Batata e Cenoura.	Biscoito de Polvilho Salgado COOPAFI e logurte natural batido com polpa de morango e banana.	Quirerinha com Suíno e Salada de Alface.	Bolo de Banana com Cacau e Suco de Laranja	Galinhada com açafrão e Salada de Beterraba
09 A 13/10	1ª OPÇÃO (semana da criança)	2ª OPÇÃO (semana da criança)	3ª OPÇÃO (semana da criança)	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
CAFÉ DA MANHÃ	Pão Fatiado com Manteiga e chá de CAPIM LIMÃO	Pão caseiro com Ovo Mexido LEITE MORNO	Pão de Cenoura com Requeijão Caseiro LEITE MORNO COM CACAU	FERIADO	RECESSO
ALMOÇO	Arroz, Feijão, Polenta com Carne Moída Salada de Repolho e cenoura.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas em molho, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Frango Assado com Batatas e Salada de Beterraba .	FERIADO	RECESSO
LANCHE 1 14h00	PIPOCA/MAÇÃ	BANANA	MORANGO/ UVA SEM SEMENTE	FERIADO	RECESSO
LANCHE 2	Bolo de Amendoim e Chá de Abacaxi com Canela. <u>Fazer nas</u>	PALITO SALGADO COOPAFI e Suco de Uva. Brigadeiro de Banana	Pão de Batata com Polvilho “Pão de Queijo” e Suco de Laranja	FERIADO	RECESSO

**MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC****CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (1 a 3 anos) – OUTUBRO 2023**

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

	<u>forminhas da cupcake).</u>				
16 A 20/10	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
CAFÉ DA MANHÃ	Pão Fatiado quente com manteiga e Chá de ERVA CIDREIRA	Pão caseiro com Ovo Mexido Chá de Endro	Pão de Milho e Nata e Chá de CAPIM LIMÃO	Pão Fatiado Doce de Frutas sem açúcar COOPAFI e Leite Morno	Panqueca com Queijo e Leite Morno com Cacau
ALMOÇO	Arroz, Feijão, Nhoque, Carne Moída em molho, Salada de Repolho.	Arroz, Feijão, Estrogonofe de Carne de Panela, Salada de Alface e Couve Flor cozida.	Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de espinafre com cenoura, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Frango em molho, purê de Batata e Salada de Cenoura e beterraba cozida.	Arroz, Feijão, Frango assado com Batata Doce e Salada de Alface.
LANCHE 1 14h00	Maçã	Banana	Melancia	Mamão	Banana
LANCHE 2	Canja de Galinha, com arroz, branco, batata e cenoura.	Biscoito de Polvilho Salgado COOPAFI e IOGURTE Natural com polpa de morango e Banana	Risoto de Frango e Salada de Beterraba	Pão Caseirinho 30 gr com carne moída e Suco de Uva	Bolo de Banana com Cacau e Chá de Maçã com Canela
23 A 27/10	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
CAFÉ DA MANHÃ	Pão Fatiado quente com manteiga e CHA CAMOMILA	Pão caseiro com Doce de Frutas sem açúcar COOPAFI Chá CIDREIRA	Pão de Cenoura com Requeijão Caseiro e Chá de ENDRO	Pão fatiado quente com manteiga e Leite Morno	Panqueca com Queijo e Leite Morno com Cacau
ALMOÇO	Arroz, Feijão, Ovo Mexido com peito de frango, Salada de Repolho.	Arroz, Feijão, Frango em molho, Batata refogada e Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Panqueca de Espinafre com Carne Moída e Salada de Repolho e cenoura ralada.	Arroz, Feijão, Vaca atolada, (Mandioca+Carne de Panela) , Salada de Beterraba com Cenoura cozidos.	Arroz, Feijão, Frango Assado, Abóbriinha com milho e Salada de Repolho e Tomate.
LANCHE 1 14h00	Maçã	Banana e pessego	Laranja	Banana	Manga
LANCHE 2	Macarrão Rigatoni com Carne Moída em molho e Salada de repolho	Sopa de Feijão com Macarrão Conchinha e batata e Cenoura.	Polenta com Frango em molho e Salada de Alface	Torta Salgada de Frango e Suco de Uva	Quirera com Carne suína e salada de Alface



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (1 a 3 anos) – OUTUBRO 2023

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

	ralado				
--	--------	--	--	--	--

BRIGADEIRO DE BANANA

2 BANANAS MÉDIAS

6 COLHERES DE SOPA DE LEITE EM PÓ

1 COLHER DE SOPA (RASA) DE CACAU (CUIDAR COM QUANTIDADE PARA QUE NÃO FIQUE FORTE)

MODO DE PREPARO:

DESCASQUE A BANANA E LEVE AO MICROONDAS POR APROXIMADAMENTE 2 MINUTOS, AMASSE AS BANANAS, ADICIONE O CACAU MISTURE BEM E VÁ ADICIONANDO AOS POUÇOS O LEITE EM PÓ, LEVE A GELADEIRA POR NO MÍNIMO 4 HORAS. APÓS RETIRE DA REFRIGERAÇÃO, UNTE AS MÃO COM OLEO E ENROLE O BRIGADEIRO, APÓS PASSAR NO LEITE EM PÓ PARA FINALIZAR.

RENDIMENTO MÉDIO: 10 A 12 UNIDADES

SERÁ ENVIADO VÍDEO AO GRUPO DAS MERENDEIRAS, PARA VISUALIZAÇÃO DA CONSISTÊNCIA

Obs :PARA ALUNOS INTOLERANTES A LACTOSE, USAR O LEITE EM PÓ SEM LACTOSE PARA FAZER O BRIGADEIRO,



**MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO INTEGRAL E ALICERCE – OUTUBRO 2023 – ESCOLAS DO CAMPO**

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

ALMOÇO Semana 02/10 A 06/10	Arroz, Feijão, macarrão Espaguete com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada.	Arroz, Feijão, Carne de Panela , Purê de batata, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Mandioca , Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, Feijão, Polenta, Frango em molho em molho, Salada de Repolho.	Arroz, Feijão, Nhoque com Frango em molho, salada de beterraba cozida
LANCHE Semana 02/10 A 06/10	Polenta com Moída em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura). Laranja	Pão Francês com MARGARINA e CAPIM LIMÃO COOPAFI (SERVIR GELADO)	Risoto de frango (arroz branco) salada de Alface banana	Polenta com Carne Suína e em molho e Salada de Repolho com Cenoura.
ALMOÇO Semana 09/10 a 13/10	Arroz, Feijão, Polenta, carne moída em molho, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas e cenoura e Salada Repolho com Tomate.	Arroz , feijão, Frango em molho, farofa de couve com repolho e salada de Cenoura cozida	FERIADO	RECESSO
LANCHE Semana 09/10 a 13/10	Macarrão espaguete com frango em molho e Salada de repolho, banana	BOLO DE CHOCOLATE COOPAFI + Suco de Polpa de Morango (Especial semana da criança)	Pão HOT DOG, com salsicha em molho (cachorro quente) e suco de uva. (especial semana da criança)	FERIADO	RECESSO
ALMOÇO SEMANA 16/10 a 20/10	Arroz, Feijão, Frango em molho, Polenta ,Salada de Repolho com Tomate.	Arroz, feijão , macarrão espaguete com carne moída em molho, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, feijão, carne suína em molho, mandioca, salada de alface	Arroz carreteiro, Salada beterraba cozida	Arroz, feijão, frango assado com BATATA DOCE e, salada de alface



**MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO INTEGRAL E ALICERCE – OUTUBRO 2023 – ESCOLAS DO CAMPO**

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

LANCHE Semana 16/10 a 20/10	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho,	Polenta com carne suína em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada	Pão Francês com Carne moída em molho e Chá Mate, e maçã	Feijoada com carne suína, Arroz Parbolizado, Farofa de espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface	Torta de bolacha (creme branco e biscoito de leite) banana
ALMOÇO Semana 23/09 a 27/10	Arroz, Feijão, Ovo Mexido, Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas em molho, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Polenta, Carne Moída em molho, Salada de Repolho.	Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de couve manteiga com cenoura, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Frango assado com BATATA DOCE Salada de Repolho com Cenoura ralada.
LANCHE Semana 23/10 a 27/10	BISCOITO SALGADO COM IOGURTE E BANANA	Polenta com com suína em molho e Salada de Alface, maçã	Pão Francês com apresuntado e queijo e Suco de Uva	Macarrão CASEIRO com carne moída e Salada de REPOLHO	Galinhada (arroz branco + açafrão) salada de repolho com cenoura



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL JK– OUTUBRO 2023

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

CAFÉ DA MANHÃ Semana 02/10 A 06/10	Biscoito Rosca em calda com Chá de CAPIM LIMÃO	Pão Fatiado com Nata e leite com Mascav	Pão Fatiado com requeijão e Chá Matte	Pão Fatiado com doce de frutas e Café com Leite	Pão Fatiado com Nata e Chá de Cidreira
ALMOÇO Semana 02/10 A 06/10	Arroz, Feijão, macarrão Espaguete com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada.	Arroz, Feijão, Carne de Panela, Purê de batata, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Mandioca , Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, Feijão, Polenta, Frango em molho em molho, Salada de Repolho.	Arroz, Feijão, Nhoque com Frango em molho, salada de beterraba cozida
LANCHE Semana 02/10 A 06/10	Polenta com Moída em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura). Laranja	Pão Francês com MARGARINA e chá mate	Risoto de frango (arroz branco) salada de Alface banana	Quirera com Carne Suína e Salada de Repolho com Cenoura.
LANCHE DE ONIBUS Semana 02/10 A 06/10	Biscoito Rosca calda	BISCOITO AMANTEIGADO DE CHOCOLATE	Maçã	Laranja	banana
CAFÉ DA MANHÃ Semana 09/10 a 13/10	Biscoito Salgado e Chá Mate	Pão Fatiado com Margarina e leite com Mascav	Biscoito Amanteigado de Chocolate e Chá de Endro	FERIADO	RECESSO
ALMOÇO Semana 09/10 a 13/10	Arroz, Feijão, Polenta, carne moída em molho, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas Salada Repolho com Tomate.	Arroz, feijão, Frango em molho, farofa de couve com repolho e salada de Cenoura cozida	FERIADO	RECESSO



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL JK– OUTUBRO 2023

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

LANCHE Semana 09/10 a 13/10	Macarrão espaguete com frango em molho e Salada de repolho, banana	BOLO DE CHOCOLATE COOPAFI + Suco de Polpa de morango (Especial semana da criança)	Pão HOT DOG, com salsicha em molho (cachorro quente) e suco de uva. (especial semana da criança)	FERIADO	RECESSO
LANCHE DE ONIBUS Semana 09/10 a 13/10	Biscoito Amanteigado de Chocolate	Banana	Biscoito rosca em calda	FERIADO	RECESSO
CAFÉ DA MANHÃ Semana 16/10 a 20/10	Biscoito de Leite com Chá de ERVA CIDREIRA	Pão fatiado com doce de frutas e chá mate	Biscoito Amanteigado de Chocolate e Chá de Endro	Pão Fatiado com Margarina e Café com Leite.	Pão com Nata e Chá ERVA DOCE
ALMOÇO Semana 16/10 a 20/10	Arroz, Feijão, Frango em molho, Polenta, Salada de Repolho com Tomate.	Arroz, feijão, macarrão espaguete com carne moída em molho, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, feijão, carne suína em molho, mandioca, salada de alface	Arroz carreteiro +Salada beterraba cozida	Arroz, feijão, frango assado com BATATA DOCE e, salada de alface
LANCHE Semana 16/10 a 20/10	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho,	Polenta com carne suína em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada	Pão Francês com Carne moída em molho e Chá Mate, e maçã	Feijoada com carne suína, Arroz Parbolizado, Farofa de espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface	Torta de bolacha (creme branco e biscoito de leite) banana



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL JK– OUTUBRO 2023

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

LANCHE ONIBUS Semana 16/10 a 20/10	Biscoito Salgado	Biscoito Rosca em calda	Maçã	Banana	Maçã
CAFÉ DA MANHÃ Semana 23/09 a 27/10	Biscoito de Rosca em calda com Chá de CAPIM LIMÃO	Pão Fatiado com Nata e Leite com Mascáu.	Pão Fatiado com doce de Frutas e Chá Matte	Pão Fatiado com Margarina e Café com Leite.	Pão com Ovo Mexido e Chá CAMOMILA
ALMOÇO Semana 23/10 a 27/10	Arroz, Feijão, Ovo Mexido, Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas em molho, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Polenta, Carne Moída em molho, Salada de Repolho.	Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de couve manteiga com cenoura, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Frango assado com BATATA DOCE Salada de Repolho com Cenoura ralada.
LANCHE Semana 23/10 a 27/10	BISCOITO SALGADO COM IOGURTE E BANANA	Quirera com suína e Salada de Alface, maçã	Pão Francês com apresuntado e queijo e Suco de Uva	Macarrão CASEIRO com carne moída e Salada de REPOLHO	Galinhada (arroz branco + açafraão) salada de repolho com cenoura
LANCHE ONIBUS Semana 23/10 a 27/10	Biscoito Amanteigado de Chocolate	Biscoito Salgado	Maçã	Banana	Laranja



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – OUTUBRO 2023

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

LANCHE Semana 02/10 A 06/10 *	Polenta com Moída em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura). Laranja	Pão Francês com MARGARINA e CHÁ CAPIM LIMÃO COOPAFI (SERVIR GELADO)	Risoto de frango (arroz branco) salada de Alface banana	Quirera com Carne Suína e Salada de Repolho com Cenoura.
LANCHE Semana 09/10 a 13/10	Macarrão espaguete com frango em molho e Salada de repolho, banana	BOLO DE CHOCOLATE COOPAFI + Suco de polpa de morango (Especial semana da criança)	Pão HOT DOG, com salsicha em molho (cachorro quente) e suco de uva. (Especial semana da criança)	FERIADO	RECESSO
LANCHE Semana 16/10 a 20/10 *	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho,	Polenta com carne suína em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada	Pão Francês com Carne moída em molho e Chá Mate, e maçã	Feijoada com carne suína, Arroz Parbolizado, Farofa de espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface	Torta de bolacha (creme branco e biscoito de leite) banana
LANCHE Semana 23/10 a 27/10	BISCOITO SALGADO COM IOGURTE E BANANA	Quirera com suína e Salada de Alface, maçã	Pão Francês com apresuntado e queijo e Suco de Uva	Macarrão CASEIRO com carne moída e Salada de REPOLHO	Galinhada (arroz branco + açafrão) salada de repolho com cenoura



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO INTEGRAL E ALICERCE COM CAFÉ - OUTUBRO 2023

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

CAFÉ DA MANHÃ Semana 02/10 A 06/10	Biscoito Rosca em calda com Chá de CAPIM LIMÃO	Pão Fatiado com Nata e leite com Mascau	Pão Fatiado com requeijão e Chá Matte	Pão Fatiado com doce de frutas e Café com Leite	Pão Fatiado com Nata e Chá de Cidreira
ALMOÇO Semana 02/10 A 06/10	Arroz, Feijão, macarrão Espaguete com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada.	Arroz, Feijão, Carne de Panela, Purê de batata, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Mandioca , Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, Feijão, Polenta, Frango em molho em molho, Salada de Repolho.	Arroz, Feijão, Nhoque com Frango em molho, salada de beterraba cozida
LANCHE Semana 02/10 A 06/10	Polenta com Moída em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura). Laranja	Pão Francês com MARGARINA e chá mate	Risoto de frango (arroz branco) salada de Alface banana	Quirera com Carne Suína e Salada de Repolho com Cenoura.
CAFÉ DA MANHÃ Semana 09/10 a 13/10	Biscoito Salgado e Chá Mate	Pão Fatiado com Margarina e leite com Mascau	Biscoito Amanteigado de Chocolate e Chá de Endro	FERIADO	RECESSO
ALMOÇO Semana 09/10 a 13/10	Arroz, Feijão, Polenta, carne moída em molho, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas Salada Repolho com Tomate.	Arroz, feijão, Frango em molho, farofa de couve com repolho e salada de Cenoura cozida	FERIADO	RECESSO
LANCHE Semana 09/10 a 13/10	Macarrão espaguete com frango em molho e Salada de repolho, banana	BOLO DE CHOCOLATE COOPAFI + Suco de Polpa de Morango	Pão HOT DOG, com salsicha em molho (cachorro quente) e suco de uva.	FERIADO	RECESSO



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO INTEGRAL E ALICERCE COM CAFÉ - OUTUBRO 2023

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

		(Especial semana da criança)	(Especial semana da criança)		
CAFÉ DA MANHÃ Semana 16/10 a 20/10	Biscoito de Leite com Chá de ERVA CIDREIRA	Pão fatiado com doce de frutas e chá mate	Biscoito Amanteigado de Chocolate e Chá de Endro	Pão Fatiado com Margarina e Café com Leite.	Pão com Nata e Chá ERVA DOCE
ALMOÇO Semana 16/10 a 20/10	Arroz, Feijão, Frango em molho, Polenta, Salada de Repolho com Tomate.	Arroz, feijão, macarrão espaguete com carne moída em molho, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, feijão, carne suína em molho, mandioca, salada de alface	Arroz carreteiro e salada de beterraba cozida	Arroz, feijão, frango assado com BATATA DOCE e, salada de alface
LANCHE Semana 16/10 a 20/10	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho,	Polenta com carne suína em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada	Pão Francês com Carne moída em molho e Chá Mate, e maçã	Feijoada com carne suína, Arroz Parbolizado, Farofa de espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface	Torta de bolacha (creme branco e biscoito de leite) banana
CAFÉ DA MANHÃ Semana 23/10 a 27/10	Biscoito de Rosca em calda com Chá de CAPIM LIMÃO	Pão Fatiado com Nata e Leite com Mascau.	Pão Fatiado com doce de Frutas e Chá Matte	Pão Fatiado com Margarina e Café com Leite.	Pão com Ovo Mexido e Chá CAMOMILA
ALMOÇO Semana 23/10 a 27/10	Arroz, Feijão, Ovo Mexido, Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas em molho, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Polenta, Carne Moída em molho, Salada de Repolho.	Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de couve manteiga com cenoura, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Frango assado com BATATA DOCE Salada de Repolho com Cenoura ralada.



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO INTEGRAL E ALICERCE COM CAFÉ - OUTUBRO 2023

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

LANCHE Semana 23/10 a 27/10	BISCOITO SALGADO COM IOGURTE E BANANA	Quirera com suína e Salada de Alface, maçã	Pão Francês com apresentado e queijo e Suco de Uva	Macarrão CASEIRO com carne moída e Salada de REPOLHO	Galinhada (arroz branco + açafraão) salada de repolho com cenoura



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO – PR / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL –OUTUBRO 2023 EPITACIO PESSOA

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
02/10 A 06/10					
LANCHE MATUTINO 9:40	Pão FATIADO com Nata e Chá de Capim Limão. Banana	Pão de Queijo com Chá de Erva Cidreira	Pão Francês com Margarina e Chá Mate.	Pão Fatiado com requeijão e chá mate	Cuca e Café com Leite, banana
ALMOÇO 12:00	Arroz, Feijão, macarrão Espaguete com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada.	Arroz, Feijão, Carne de Panela , Purê de batata, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Mandioca , Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, Feijão, Polenta, Frango em molho em molho, Salada de Repolho.	Arroz, Feijão, Nhoque com Frango em molho, salada de beterraba cozida
LANCHE VESPERTINO 15:20	Bolo Simples e chá de maçã com canela	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura) Laranja	Torta Salgada de frango e Suco de Uva	Risoto de Frango (arroz branco) salada de alface, banana	Polenta com suíno em molho, salada de repolho
09/10 a 13/10					
LANCHE MATUTINO 9:40	Bolacha Amanteigada de Chocolate e Chá de Sidro	Bolo Simples e Chá Mate	Omelete e banana	FERIADO	RECESSO
ALMOÇO 12:00	Arroz, Feijão, Polenta, carne moída em molho, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas e cenoura e Salada Repolho com Tomate.	Arroz , feijão, Frango em molho, farofa de couve com repolho e salada de Cenoura cozida	FERIADO	RECESSO



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO – PR / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL –OUTUBRO 2023 EPITACIO PESSOA

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

LANCHE VESPERTINO 15:20	PLANEJAMENTO	Bolo de Chocolate Coopafi + Suco de Polpa de Morango)	Pão hot dog com carne moída (cachorro quente) Suco de Uva	FERIADO	RECESSO
-----------------------------------	---------------------	--	---	---------	----------------

16/10 a 20/10	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
LANCHE MATUTINO 9:40	Biscoito Salgado e Chá de Capim Limão	Salada de frutas	Pão fatiado com margarina, chá mate e maçã	Bolacha de milho e Café com Leite, banana.	Pão Fatiado com Nata e Chá Matte.
ALMOÇO 12:00	Arroz, Feijão, Frango em molho, Polenta ,Salada de Repolho com Tomate.	Arroz, feijão , macarrão espaguetei com carne moída em molho, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, feijão, carne suína em molho, mandioca, salada de alface	Arroz carreteiro + Salada beterraba cozida	Arroz, feijão, frango assado com BATATA DOCE e, salada de alface
LANCHE VESPERTINO 15:20	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho,	Polenta com carne suína em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada	Pão Francês com Carne moída em molho e Chá Mate	Feijoada com carne suína, Arroz Parbolizado, Farofa de espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface	Torta de bolacha (creme branco e biscoito de leite) banana
23/09 a 27/10	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
LANCHE MATUTINO 9:40	Biscoito Rosca em calda e Chá Mate.	Pão de Queijo com Chá de Erva Doce, maçã	Pão Francês com apresuntado e queijo e Chá de Maçã com Canela.	Pão FATIADO com Doce de Frutas e Chá de Sidro. Banana	Salada de Frutas



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO – PR / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL –OUTUBRO 2023 EPITACIO PESSOA

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

ALMOÇO 12:00	Arroz, Feijão, Ovo Mexido, Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas em molho, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Polenta, Carne Moída em molho, Salada de Repolho.	Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de couve manteiga com cenoura, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Frango assado com BATATA DOCE Salada de Repolho com Cenoura ralada.
LANCHE VESPERTINO 15:20	BISCOITO SALGADO COM IOGURTE E BANANA	PLANEJAMENTO	Torta salgada de frango e Suco de Uva	Macarrão CASEIRO com carne moída e Salada de REPOLHO	Galinhada (arroz branco + açafrão) salada de repolho com cenoura



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO INTEGRAL E ALICERCE – OUTUBRO 2023

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

ALMOÇO Semana 02/10 A 06/10	Arroz, Feijão, macarrão Espaguete com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada.	Arroz, Feijão, Carne de Panela , Purê de batata, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Mandioca , Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, Feijão, Polenta, Frango em molho em molho, Salada de Repolho.	Arroz, Feijão, Nhoque com Frango em molho, salada de beterraba cozida
LANCHE Semana 02/10 A 06/10	Polenta com Moída em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura). Laranja	Pão Francês com MARGARINA e CHÁ CAPIM LIMÃO COOPAFI (SERVIR GELADO)	Risoto de frango (arroz branco) salada de Alface banana	Quirera com Carne Suína e Salada de Repolho com Cenoura.
ALMOÇO Semana 09/10 a 13/10	Arroz, Feijão, Polenta, carne moída em molho, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas e cenoura e Salada Repolho com Tomate.	Arroz , feijão, Frango em molho, farofa de couve com repolho e salada de Cenoura cozida	FERIADO	RECESSO
LANCHE Semana 09/10 a 13/10	Macarrão espaguete com frango em molho e Salada de repolho, banana	BOLO DE CHOCOLATE COOPAFI + Suco de Polpa de Morango (Especial semana da criança)	Pão HOT DOG, com salsicha em molho (cachorro quente) e suco de uva. (especial semana da criança)	FERIADO	RECESSO
ALMOÇO SEMANA 16/10 a	Arroz, Feijão, Frango em molho, Polenta ,Salada de Repolho com Tomate.	Arroz, feijão , macarrão espaguete com carne moída em molho, salada	Arroz, feijão, carne suína em molho, mandioca, salada de alface	Arroz carreteiro, Salada beterraba cozida	Arroz, feijão, frango assado com BATATA DOCE e, salada



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO INTEGRAL E ALICERCE – OUTUBRO 2023

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

20/10		de repolho com cenoura ralada			de alface
LANCHE Semana 16/10 a 20/10	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho,	Polenta com carne suína em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada	Pão Francês com Carne moída em molho e Chá Mate, e maçã	Feijoada com carne suína, Arroz Parbolizado, Farofa de espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface	Torta de bolacha (creme branco e biscoito de leite) banana
ALMOÇO Semana 23/10 a 27/10	Arroz, Feijão, Ovo Mexido, Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas em molho, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Polenta, Carne Moída em molho, Salada de Repolho.	Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de couve manteiga com cenoura, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Frango assado com BATATA DOCE Salada de Repolho com Cenoura ralada.
LANCHE Semana 23/10 a 27/10	BISCOITO SALGADO COM IOGURTE E BANANA	Quirera com suína e Salada de Alface, maçã	Pão Francês com apresuntado e queijo e Suco de Uva	Macarrão CASEIRO com carne moída e Salada de REPOLHO	Galinhada (arroz branco + açafrão) salada de repolho com cenoura