



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

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

ALMOÇO Semana 04/09 A 10/09	Arroz, Feijão, Polenta, Frango em molho em molho, Salada de Repolho.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com Batata e Cenoura, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Mandioca , Salada beterraba com Cenoura cozida.	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO
LANCHE Semana 04/09 A 10/09	Macarrão Rigatoni com carne moída e Salada de REPOLHO	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura). Laranja .	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho, banana	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO
ALMOÇO Semana 11/09 A 17/09	Arroz, Feijão, macarrão rigatoni com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas Salada Repolho com Tomate.	Arroz , feijão, Frango em molho, Polenta e salada de Cenoura cozida	Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de espinafre com cenoura. Salada de Alface	Arroz, Feijão, mandioca com Frango em molho, salada de beterraba cozida.
LANCHE Semana 11/09 A 17/09	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Alface	Sagu com suco de uva com creme branco (COM LEITE EM PÓ), banana	Pão francês com carne moída, e chá mate	Bolacha de polvilho coopafi e café com leite	Polenta com carne suína em molho e Salada de Repolho, maçã
ALMOÇO Semana 18/09 A 24/09	Arroz, Feijão, Frango em molho, Polenta ,Salada de Repolho com Tomate.	Arroz, feijão , nhoque ao molho com carne moída, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, feijão, carne suína em molho, farofa de couve com repolho, salada de alface	Arroz, Feijão, carne de panela ,purê de batata ,Salada beterraba cozida	Arroz, feijão, frango assado com BATATA DOCE e , salada de alface
LANCHE Semana 18/09 A 24/09	Polenta com carne moída em molho e salada de	Risoto de frango (arroz branco) salada de	Pão Francês com margarina e chá mate	Feijoada com carne suína, Arroz Parbolizado, Farofa de	Canja de Frango com Arroz Branco e Legumes (Batata e



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

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

	repolho	repolho , banana.		espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface	Cenoura). Maçã
ALMOÇO Semana 25/09 A 01/10	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 25/09 A 01/10	Biscoito salgado com iogurte, banana	Polenta com carne suína em molho e salada de alface, maçã	Pão Francês com apresuntado e queijo e Suco de Uva	Macarrão caseiro com moída em molho e salada de cenoura e beterraba ralada	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho



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

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

CAFÉ DA MANHÃ Semana 04/09 a 10/09	Biscoito de Leite com Chá de CAPIM LIMÃO	Pão Fatiado com Nata e leite com Mascau.	Pão Fatiado COM MEL E Chá Matte	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO
ALMOÇO Semana 04/09 a 10/09	Arroz, Feijão, Polenta, Frango em molho em molho, Salada de Repolho.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com Batata e Cenoura, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Mandioca , Salada beterraba com Cenoura cozida.	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO
LANCHE Semana 04/09 a 10/09	Macarrão Rigatoni com carne moída e Salada de REPOLHO	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura). Laranja .	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho, banana	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO
LANCHE DE ONIBUS Semana 04/09 a 10/09	Biscoito Rosca em Calda	BISCOITO AMANTEIGADO DE CHOCOLATE	Maçã	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO
CAFÉ DA MANHÃ Semana 11/09 a 17/09	Biscoito Salgado e Chá Mate	Pão Fatiado com Margarina e leite com Mascau	Biscoito Amanteigado de Chocolate e Chá de Endro	Pão Fatiado com mel e Café com Leite	Pão Fatiado com Nata e Chá de Cidreira
ALMOÇO Semana 11/09 a 17/09	Arroz, Feijão, macarrão rigatoni com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas Salada Repolho com Tomate.	Arroz , feijão, Frango em molho, Polenta e salada de Cenoura cozida	Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de espinafre com cenoura. Salada de Alface	Arroz, Feijão, mandioca com Frango em molho, salada de beterraba cozida.
LANCHE Semana 11/09 a 17/09	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Alface	Sagu com suco de uva com creme branco ,	Pão francês com carne moída, e chá mate	Bolacha de milho ou polvilho coopafi e café com	Polenta com carne com suína em molho e Salada de



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

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

		banana		leite	Repolho, maçã
LANCHE DE ONIBUS Semana 11/09 a 17/09	Biscoito Amanteigado de Chocolate	Banana	Biscoito rosca em calda	Laranja	Maçã
CAFÉ DA MANHÃ Semana 18/09 a 24/09	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 CAMOMILA
ALMOÇO Semana 18/09 a 24/09	Arroz, Feijão, Frango em molho, Polenta ,Salada de Repolho com Tomate.	Arroz, feijão , nhoque ao molho com carne moída, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, feijão, carne suína em molho, farofa de couve com repolho, salada de alface	Arroz, Feijão, carne de panela ,purê de batata ,Salada beterraba cozida	Arroz, feijão, frango assado com BATATA DOCE e , salada de alface
LANCHE Semana 18/09 a 24/09	Polenta com carne moída em molho e salada de repolho	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho , banana.	Pão Francês com margarina e chá mate	Feijoada com carne suína, Arroz Parbolizado, Farofa de espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface	Canja de Frango com Arroz Branco e Legumes (Batata e Cenoura). Maçã
LANCHE ONIBUS Semana 18/09 a 24/09	Biscoito Salgado	Biscoito Rosca em calda	Maçã	Banana	Maçã
CAFÉ DA MANHÃ Semana 25/09 a 01/10	Biscoito de Leite 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 ERVA DOCE



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

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

ALMOÇO Semana 25/09 a 01/10	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 25/09 a 01/10	Biscoito salgado com iogurte, banana	Polenta com carne suína em molho e salada de alface, maçã	Pão Francês com apresentado e queijo e Suco de Uva	Macarrão caseiro com moída em molho e salada de cenoura e beterraba ralada	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho
LANCHE ONIBUS Semana 25/09 a 01/10	Biscoito Amanteigado de Chocolate	Biscoito Salgado	Maçã	Banana	Laranja



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

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

LANCHE Semana 04/09 A 10/09	Macarrão Rigatoni com carne moída e Salada de REPOLHO	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura). Laranja	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho, banana	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO
LANCHE Semana 11/09 a 17/09	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Alface	Sagu com suco de uva COM creme branco (LEITE EM PÓ), banana.	Pão Francês CARNE MOÍDA e Chá Mate.	Quirera com suína e Salada de Repolho, maçã.	Bolacha de POLVILHO coopafi e Café com Leite.
LANCHE Semana 18/09 a 24/09	Polenta com carne moída em molho e salada de repolho	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho, banana	Pão Francês com MARGARINA e Chá Mate	Feijoada com carne suína, Arroz Parbolizado, Farofa de espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface	Canja de Frango com Arroz Branco e Legumes (Batata e Cenoura). Maçã
LANCHE Semana 25/09 a 01/10	BISCOITO SALGADO LEITE 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 Moída em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho



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

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

CAFÉ DA MANHÃ Semana 04/09 a 10/09	Biscoito de Leite com Chá de CAPIM LIMÃO	Pão Fatiado com Nata e leite com Mascau	Pão Fatiado com MEL e Chá Matte	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO
ALMOÇO Semana 04/09 a 10/09	Arroz, Feijão, Polenta, Frango em molho em molho, Salada de Repolho.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com Batata e Cenoura, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Mandioca , Salada beterraba com Cenoura cozida.	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO
LANCHE Semana 04/09 a 10/09	Macarrão Rigatoni com carne moída e Salada de REPOLHO	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura). Laranja .	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho, banana	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO
CAFÉ DA MANHÃ Semana 11/09 a 17/09	Biscoito Salgado e Chá Mate	Pão Fatiado com Margarina e leite com Mascau	Biscoito Amanteigado de Chocolate e Chá de Endro	Pão Fatiado com MEL e Café com Leite	Pão Fatiado com Nata e Chá de Cidreira
ALMOÇO Semana 11/09 a 17/09	Arroz, Feijão, macarrão rigatoni com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas Salada Repolho com Tomate.	Arroz , feijão, Frango em molho, Polenta e salada de Cenoura cozida	Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de espinafre com cenoura. Salada de Alface	Arroz, Feijão, mandioca com Frango em molho, salada de beterraba cozida.
LANCHE Semana 11/09 a 17/09	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Alface	Sagu com suco de uva com creme branco , banana	Pão francês com carne moída, e chá mate	Bolacha polvilho coopafi e café com leite	Quirera com suína e Salada de Repolho, maçã



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

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

CAFÉ DA MANHÃ Semana 18/09 a 17/09	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 18/09 a 17/09	Arroz, Feijão, Frango em molho, Polenta ,Salada de Repolho com Tomate.	Arroz, feijão , nhoque ao molho com carne moída, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, feijão, carne suína em molho, farofa de couve com repolho, salada de alface	Arroz, Feijão, carne de panela ,purê de batata ,Salada beterraba cozida	Arroz, feijão, frango assado com BATATA DOCE e, salada de alface
LANCHE Semana 18/09 a 17/09	Polenta com carne moída em molho e salada de repolho	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho , banana.	Pão Francês com margarina e chá mate	Feijoada com carne suína, Arroz Parbolizado, Farofa de espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface	Canja de Frango com Arroz Branco e Legumes (Batata e Cenoura). Maçã
CAFÉ DA MANHÃ Semana 25/09 a 01/10	Biscoito de Leite 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 25/09 a 01/10	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 25/09 a 01/10	Biscoito salgado com iogurte, banana	Quirera com carne suína e salada de alface, maçã	Pão Francês com apresuntado e queijo e Suco de Uva	Macarrão caseiro com moída em molho e salada	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO INTEGRAL E ALICERCE COM CAFÉ - SETEMBRO 2023
Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

				de cenoura e beterraba ralada	
--	--	--	--	----------------------------------	--



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

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

04/09 A 10/09	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
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 Mel e Chá Mate.	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO.
ALMOÇO 12:00	Arroz, Feijão, Polenta, Frango em molho em molho, Salada de Repolho.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com Batata e Cenoura, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Mandioca , Salada beterraba com Cenoura cozida.	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO.
LANCHE VESPERTINO 15:20	Macarrão Rigatoni com carne moída e Salada de REPOLHO	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura) laranja	Torta Salgada de frango e Suco de Uva	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO.
11/09 A 17/09	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
LANCHE MATUTINO 9:40	Bolacha Amanteigada de Chocolate e Chá de Sidro	Bolo Simples e Chá Mate	Omelete e maçã	PLANEJAMENTO	Cuca e Café com Leite, banana
ALMOÇO 12:00	Arroz, Feijão, macarrão PARAFUSO COOPAFI com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas Salada Repolho com Tomate.	Arroz , feijão, Frango em molho, Polenta e salada de Cenoura cozida	PLANEJAMENTO	Arroz, Feijão, mandioca com Frango em molho, salada de beterraba cozida
LANCHE VESPERTINO 15:20	Galinhada (com açafraão/arroz branco) e Salada de Alface	TORTA DE BOLACHA DE LEITE (com leite PÓ)	Pão com carne moída e chá mate	Bolacha de Polvilho coopafi e café com leite	Polenta com suíno em molho, salada de repolho



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

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

--	--	--	--	--	--

18/09 A 24/09	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 francês 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, nhoque ao molho com carne moída, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, feijão, carne suína em molho, farofa de couve com repolho, salada de alface	Arroz, Feijão, carne de panela, purê de batata, Salada beterraba cozida	Arroz, feijão, frango assado com batata doce e salada de alface
LANCHE VESPERTINO 15:20	Polenta com carne moída em molho e salada de repolho	Risoto de frango(arroz branco) salada de repolho	Biscoito rosca em calda e chá mate	Sagu com suco de uva COM creme branco (com LEITE PÓ)	Canja de Frango com Arroz Branco e Legumes (Batata e Cenoura).
25/09 A 01/10	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	PLANEJAMENTO
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.	PLANEJAMENTO



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

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

LANCHE VESPERTINO 15:20	Biscoito Salgado e logurte,	Polenta com suína em molho e Salada de Alface,	Torta salgada de frango e suco de uva	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho	Macarrão caseiro com Moída em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba
--	-----------------------------	---	--	---	---



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

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

04/09 A 10/09	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
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 Mel e Chá Mate.	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO.
ALMOÇO 12:00	Arroz, Feijão, Polenta, Frango em molho em molho, Salada de Repolho.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com Batata e Cenoura, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Mandioca , Salada beterraba com Cenoura cozida.	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO.
LANCHE VESPERTINO 15:20	Macarrão Rigatoni com carne moída e Salada de REPOLHO	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura) laranja	Torta Salgada de frango e Suco de Uva	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO.
11/09 A 17/09	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
LANCHE MATUTINO 9:40	Bolacha Amanteigada de Chocolate e Chá de Sidro	Bolo Simples e Chá Mate	Omelete e maçã	PLANEJAMENTO	Cuca e Café com Leite, banana
ALMOÇO 12:00	Arroz, Feijão, macarrão PARAFUSO COOPAFI com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas Salada Repolho com Tomate.	Arroz , feijão, Frango em molho, Polenta e salada de Cenoura cozida	PLANEJAMENTO	Arroz, Feijão, mandioca com Frango em molho, salada de beterraba cozida
LANCHE VESPERTINO 15:20	Galinhada (com açafraão/arroz branco) e Salada de Alface	Sagú com suco de uva com creme branco (com leite PÓ)	Pão com carne moída e chá mate	Bolacha de Polvilho coopafi e café com leite	Polenta com suíno em molho, salada de repolho



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

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

--	--	--	--	--	--

18/09 A 24/09	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 francês 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 , nhoque ao molho com carne moída, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, feijão, carne suína em molho, farofa de couve com repolho, salada de alface	Arroz, Feijão, carne de panela, purê de batata, Salada beterraba cozida	Arroz, feijão, frango assado com batata doce e salada de alface
LANCHE VESPERTINO 15:20	Polenta com carne moída em molho e salada de repolho	Risoto de frango(arroz branco) salada de repolho	Biscoito rosca em calda e chá mate	Sagu com suco de uva COM creme branco (com LEITE PÓ)	Canja de Frango com Arroz Branco e Legumes (Batata e Cenoura).
25/09 A 01/10	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 Camomila, maçã	Pão Francês com apresuntado e queijo e Chá de Maçã com Canela.	Pão FATIADO com Doce de Frutas e Chá de Sidro. Banana	PLANEJAMENTO
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.	PLANEJAMENTO



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

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

LANCHE VESPERTINO 15:20	Biscoito Salgado e logurte,	Polenta com suína em molho e Salada de Alface,	Torta salgada de frango e suco de uva	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho	Macarrão caseiro com Moída em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba
--	-----------------------------	---	--	--	---



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

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

ALMOÇO Semana 04/09 a 10/09	Arroz, Feijão, Polenta, Frango em molho em molho, Salada de Repolho.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com Batata e Cenoura, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Mandioca , Salada beterraba com Cenoura cozida.	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO
LANCHE Semana 04/09 a 10/09	Macarrão Rigatoni com carne moída e Salada de REPOLHO	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura). Laranja .	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho, banana	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO
ALMOÇO Semana 11/09 a 17/09	Arroz, Feijão, macarrão rigatoni com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas Salada Repolho com Tomate.	Arroz , feijão, Frango em molho, Polenta e salada de Cenoura cozida	Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de espinafre com cenoura. Salada de Alface	Arroz, Feijão, mandioca com Frango em molho, salada de beterraba cozida.
LANCHE Semana 11/09 a 17/09	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Alface	Sagu com suco de uva com creme branco , banana	Pão francês com carne moída, e chá mate	Quirera com suína e Salada de Repolho, maçã	Bolacha de POLVILHO ou polvilho coopafi e café com leite
ALMOÇO SEMANA 18/09 a 24/09	Arroz, Feijão, Frango em molho, Polenta ,Salada de Repolho com Tomate.	Arroz, feijão , nhoque ao molho com carne moída, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, feijão, carne suína em molho, farofa de couve com repolho, salada de alface	Arroz, Feijão, carne de panela ,purê de batata ,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 – SETEMBRO 2023

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

LANCHE Semana 18/09 a 24/09	Polenta com carne moída em molho e salada de repolho	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho , banana.	Pão Francês com margarina e chá mate	Feijoada com carne suína, Arroz Parbolizado, Farofa de espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface	Canja de Frango com Arroz Branco e Legumes (Batata e Cenoura). Maçã
ALMOÇO Semana 25/09 a 01/10	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 Semana 25/09 a 01/10	Biscoito salgado com iogurte, banana	Quirera com carne suína e salada de alface, maçã	Pão Francês com apresuntado e queijo e Suco de Uva	Macarrão caseiro com moída em molho e salada de cenoura e beterraba ralada	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho

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

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

	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
04 A 06/09					
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	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO
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.	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO
LANCHE 1 14h00	Maçã	Banana	Melão	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO
LANCHE 2 15:45 / 16:00h	Sopa de Feijão com Cabelo de Anjo (Batata, Cenoura).	Biscoito de Polvilho Salgado COOPAFI e Batida de Banana com Cacau.	Quirerinha com Suíno e Salada de Alface.	FERIADO	ESTUDO E PLANEJAMENTO
11 A 15/09	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
CAFÉ DA MANHÃ	Pão Fatiado com Manteiga e chá de POEJO	Pão caseiro com Ovo Mexido Chá ERVA CIDREIRA	Pão de Cenoura com Nata e Chá de CIDRO	Pão Fatiado com Manteiga e Leite Morno	Panqueca com Queijo e Leite Morno com Cacau
ALMOÇO	Arroz, Feijão, Iscas de Frango com Legumes, Salada de Repolho.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas em molho, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Polenta, Frango em molho, Salada de Beterraba .	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	Banana	Laranja	Banana	Manga
LANCHE 2	Risoto de Frango e Salada de Beterraba.	Bolo de Banana com Cacau e Chá de Abacaxi com Canela.	Bolinho de Mandioca com Carne Moída e suco de uva	Sopa de Frango com Macarrão Letrinha (Batata, Cenoura, Brócolis).	Pão de Batata com Polvilho “pão de queijo” e Suco de Laranja



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC

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

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

18 A 22/09	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	Sopa de Musculo com Macarrão Cabelo de Anjo, Batata e Cenoura.	Biscoito de Polvilho Salgado COOPAFI e IOGURTE Natural com polpa de morango e Banana	Galinhada com açafrão e Salada de Beterraba	Macarrão Caseiro com Frango em molho e Salada de Repolho	Bolo de Banana com Cacau e Suco de Laranja
25 A 29/09	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 Manjerona	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, abobrinha refogada 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 Creme de milho e Salada de Repolho e Tomate.
LANCHE 1 14h00	Maçã	Banana	Laranja	Banana	Manga
LANCHE 2	Macarrão Rigatoni com Carne Moída em molho e Salada de Repolho	Pão Caseirinho 30 gr com carne moída e Suco de Uva	Polenta com Frango em molho e Salada de Alface	Canja de Galinha, com arroz, branco, batata e cenoura.	Quirera com Carne suína e salada de Alface