



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

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

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| ALMOÇO Semana 30/10 A 03/11 * | Arroz, Feijão, macarrão Espaguete com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada. | Arroz, Feijão, Frango em molho, Purê de mandioca , Salada de Alface. | Arroz Carreiro, salada de alface | FERIADO | Arroz, Feijão, Nhoque com Frango em molho, salada de beterraba cozida. |
| LANCHE Semana 30/10 A 03/11 | Polenta com Moída em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada | Risoto de frango (com arroz branco) e salada de repolho com tomate + banana | Feijoada com carne suína, Arroz Parabolizado, Farofa de espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface | FERIADO | Sagu com suco de uva + creme branco |
| ALMOÇO Semana 06/11 A 10/11 * | Arroz, feijão, carne moída em molho com batata e cenoura e salada de repolho com tomate | Arroz, feijão, Frango em molho, farofa de espinafre com repolho e cenoura e salada de chuchu cozido | Arroz, feijão, vaca atolada (mandioca + carne bovina) E salada de alface | Arroz, feijão, Frango em molho , batata doce, e salada de pepino com tomate | Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Polenta , Salada beterraba com Cenoura cozida. |
| LANCHE Semana 06/11 A 10/11 | Macarrão espaguete com moída em molho e Salada de repolho com cenoura ralada | Cuca + chá mate e banana | Pão Francês com apresuntado e queijo e suco de uva | POLENTA com CARNE suína Em molho e Salada de Alface, | Galinhada (arroz branco + açafrão) salada de repolho com tomate + MELANCIA |
| ALMOÇO SEMANA 13/11 A 17/11 * | Arroz, Feijão, Ovo Mexido com cheiro verde e orégano, Salada beterraba com Cenoura cozida. | FERIADO | FERIADO | Arroz, feijão, panqueca de espinafre com carne moída e salada de pepino em rodela | Arroz, feijão, mandioca cozida, carne suína em molho, salada de repolho com com cenoura ralada |
| LANCHE Semana 13/11 A 17/11 | Biscoito Rosca em calda + chá mate | FERIADO | FERIADO | Salada de frutas (BANANA, MAÇÃ, LARANJA, MAMÃO) | Polenta com carne suína em molho e Salada de Alface. |



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

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

| | | | | | |
|--|---|--|---|--|---|
| ALMOÇO Semana 20/11 A 24/11 * | Arroz, Feijão, Frango em molho, Polenta, Salada de Repolho com Tomate | Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas em molho, Salada de Alface. | Arroz, Feijão, macarrão CASEIRO COM Carne Moída em molho, Salada de Repolho. | Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de espinafre com cenoura, Salada de Alface. | Arroz, Feijão, Frango assado com BATATA DOCE Salada de Repolho com Cenoura ralada. |
| LANCHE Semana Semana 20/11 A 24/11 | Galinhada (arroz branco + açafraão) salada de repolho com cenoura | Polenta com com carne suína em molho e Salada de Alface, laranja | Pão Francês com carne moída em molho e Suco de Uva | Biscoito salgado e chá mate + banana | Macarrão Rigatoni com frango em molho e salada de repolho com beterraba |
| ALMOÇO Semana 27/11 A 01/12 | Arroz, feijão, escondidinho de mandioca com carne moída, salada de repolho ralado com pepino em rodelas finas | Arroz, feijão, frango em molho, farofa de espinafre com repolho e cenoura ralada e salada de alface | Arroz Carreteiro e salada de repolho ralado com tomate picado em cubinhos pequenos. | Arroz, feijão, polenta com carne suína em molho e salada de beterraba cozida | Arroz, feijão, Frango em molho , batata refogada com cheiro verde , salada de alface |
| LANCHE Semana Semana 27/11 A 01/12 | Polenta com Frango em Molho e Salada de Repolho com Cenoura | SUCRILHOS (FLOCOS DE MILHO) COM BEBIDA LACTEA + banana | Pão Francês com MARGARINA e leite com mascou | Risoto de frango (com arroz branco) + Salada de alface + melancia | Macarrão caseiro com carne moída e salada de alface |



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

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

| | | | | | |
|---|--|--|--|---|---|
| LANCHE Semana 30/10 A 03/11* | Polenta com Moída em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada | Risoto de frango (com arroz branco) e salada de repolho + banana | Feijoada com carne suína, Arroz Parabolizado, Farofa de espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface | FERIADO | Sagu com suco de uva + creme branco |
| LANCHE Semana 06/11 a 10/11 | Macarrão espaguete com moída em molho e Salada de repolho com cenoura ralada | Cuca + CHÁ COOPAFI SERVIR GELADO (CIDREIRA) e banana | Pão Francês COM apresuntado e queijo e suco de uva | Quirera com carne suína e Salada de Alface | Galinhada (arroz branco + açafrão) salada de repolho com tomate + melancia |
| LANCHE Semana 13 /11 a 17/11 * | Biscoito Rosca em calda + chá mate | FERIADO | FERIADO | Salada de frutas (BANANA, MAÇÃ, LARANJA, MAMÃO) | Polenta com carne suína em molho e Salada de Alface |
| LANCHE Semana 20/11 a 24/11 | Galinhada (arroz branco + açafrão) salada de repolho com cenoura | Quirera com carne suína e Salada de Alface + LARANJA | Pão Francês com carne moída e Suco de Uva | Biscoito salgado e chá mate + banana | Macarrão Rigatoni com frango em molho e salada de repolho com beterraba |
| LANCHE Semana 27/11 a *01/12 | Polenta com Frango em Molho e Salada de Repolho com Cenoura | SUCRILHOS (FLOCOS DE MILHO) COM BEBIDA LACTEA + banana | Pão Francês com MARGARINA e leite com mascau | Risoto de frango (com arroz branco) + Salada de alface + Melancia | Macarrão caseiro com carne moída e salada de alface + |



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

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

| | | | | | |
|---|---|--|--|--|--|
| CAFÉ DA MANHÃ Semana 30/10 a 03/11 | Bolacha amanteigada de chocolate com Chá de CAMOMILA | Pão Fatiado com Nata e leite com Mascou | Pão Fatiado com margarina e Chá Matte | FERIADO | Pão Fatiado com Requeijão e Chá de ENDRO |
| ALMOÇO Semana 30/10 a 03/11 | Arroz, Feijão, macarrão Espaguete com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada. | Arroz, Feijão, Frango em molho, Purê de mandioca , Salada de Alface. | Arroz Carreiro, salada de alface | FERIADO | Arroz, Feijão, Nhoque com Frango em molho, salada de beterraba cozida. |
| LANCHE Semana 30/10 a 03/11 | Polenta com Moída em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada | Risoto de frango (com arroz branco) e salada de repolho + banana | Feijoada com carne suína, Arroz Parabolizado, Farofa de espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface | FERIADO | Sagu com suco de uva + creme branco |
| LANCHE DE ONIBUS Semana 30/10 a 03/11 | Biscoito Rosca calda | BISCOITO AMANTEIGADO DE CHOCOLATE | Banana | FERIADO | laranja |
| CAFÉ DA MANHÃ Semana 06/11 a 10/11 | Biscoito Salgado e Chá Mate | Pão Fatiado com Margarina e leite com Mascou | Biscoito Amanteigado de Chocolate e Chá de Endro | Pão fatiado com doce de frutas e café com leite | Pão fatiado com requeijão e chá mate |
| ALMOÇO Semana 06/11 a 10/11 | Arroz, feijão, carne moída em molho com batata e cenoura e salada de repolho com tomate | Arroz, feijão, Frango em molho, farofa de espinafre com repolho e cenoura e salada de | Arroz, feijão, vaca atolada (mandioca + carne bovina) E salada de alface | Arroz, feijão, Frango em molho , batata doce cozida, e salada de pepino com tomate | Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Polenta, Salada beterraba com Cenoura cozida. |



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

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

| | | | | | |
|--|--|---------------------------------|--|--|--|
| | | chuchu cozido | | | |
| LANCHE Semana 06/11 a 10/11 | Macarrão espaguete com moída em molho e Salada de repolho com cenoura ralada | Cuca + chá mate e banana | Pão Francês com apresuntado e queijo e suco de uva | POLENTA com CARNE suína Em molho e Salada de Alface, | Galinhada (arroz branco + açafrão) salada de repolho com tomate + MELANCIA |
| LANCHE DE ONIBUS Semana 06/11 a 10/11 | Biscoito Amanteigado de Chocolate | Banana | Biscoito rosca em calda | Laranja | Biscoito salgado |
| CAFÉ DA MANHÃ Semana 13/11 a 17/11 | Biscoito de Leite com Chá de ERVA CIDREIRA | FERIADO | FERIADO | Pão Fatiado com Margarina e Café com Leite. | Pão com Nata e Chá ERVA DOCE |
| ALMOÇO Semana 13/11 a 17/11 | Arroz, Feijão, Ovo Mexido com cheiro verde e orégano, Salada beterraba com Cenoura cozida. | FERIADO | FERIADO | Arroz, feijão, panqueca de espinafre com carne moída e salada de pepino em rodela | Arroz, feijão, mandioca cozida, carne suína em molho, salada de repolho com cenoura ralada |
| LANCHE Semana 13/11 a 17/11 | Biscoito Rosca em calda + chá mate | FERIADO | FERIADO | Salada de frutas (BANANA, MAÇÃ, LARANJA, MAMÃO) | Polenta com carne suína em molho e Salada de Alface |



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

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

| | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|
| LANCHE ONIBUS Semana 13/11 a 17/11 | Biscoito Salgado | FERIADO | FERIADO | Banana | Maçã |
| CAFÉ DA MANHÃ Semana 20/11 a 24/11 | Biscoito de Rosca em calda com Chá de CAMOMILA | 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 ENDRO |
| ALMOÇO Semana 20/11 a 24/11 | Arroz, Feijão, Frango em molho, Polenta, Salada de Repolho com Tomate | Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas em molho, Salada de Alface. | Arroz, Feijão, macarrão CASEIRO COM 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 beterraba cozida |
| LANCHE Semana 20/11 a 24/11 | Galinhada (arroz branco + açafreão) salada de repolho com cenoura | Polenta com carne suína em molho e Salada de Alface, laranja | Pão Francês com carne moída em molho e Suco de Uva | Biscoito salgado e chá mate + banana | Macarrão Rigatoni com frango em molho e salada de repolho com beterraba |
| LANCHE ONIBUS Semana 27/11 a 01/12 | Biscoito Amanteigado de Chocolate | Biscoito Salgado | Maçã | Banana | Laranja |
| CAFÉ DA MANHÃ Semana 27/11 a 01/12 | Biscoito amanteigado de chocolate e chá cidreira | Bolacha de milho e chá CAMOMILA | Pão fatiado com margarina e leite com mascáu | Biscoito rosca em calda e cha mate | Pão Fatiado com OVO MEXIDO e café com leite |
| ALMOÇO Semana 27/11 a 01/12 | Arroz, feijão, escondidinho de mandioca com carne moída, salada de repolho | Arroz, feijão, frango em molho, farofa de espinafre com repolho e | Arroz Carreteiro, Feijão, e salada de repolho ralado com tomate picado em cubinhos pequenos. | Arroz, feijão, polenta com carne suína em molho e salada de beterraba cozida | Arroz, feijão, Frango em molho, batata refogada com cheiro verde, salada de |



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

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

| | | | | | |
|---|---|--|---|--|--|
| | ralado com pepino em rodela finas | cenoura ralada e salada de alface | | | alface |
| LANCHE Semana 27/11 a 01/12 | Polenta com Frango em Molho e Salada de Repolho com Cenoura | SUCRILHOS (FLOCOS DE MILHO) COM BEBIDA LACTEA+ banana | Pão Francês com MARGARINA e leite com mascavo | Risoto de frango (com arroz branco) + Salada de alface + melancia | Macarrão caseiro com carne moída e salada de alface |
| LANCHE ONIBUS Semana 27/11 a 01/12 | BISCOITO DE LEITE | BISCOITO ROSCA EM CALDA | BANANA | MAÇÃ | LARANJA |



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

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

| | | | | | |
|---|---|--|--|--|--|
| CAFÉ DA MANHÃ Semana 30/10 A 03/11 | Biscoito amanteigado de chocolate com Chá de CAMOMILA | Pão Fatiado com Nata e leite com Mascau | Pão Fatiado com margarina e Chá Matte | FERIADO | Pão Fatiado com MEL e Chá de Cidreira |
| ALMOÇO Semana 30/10 A 03/11 | Arroz, Feijão, macarrão Espaguete com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada. | Arroz, Feijão, Frango em molho, Purê de mandioca , Salada de Alface. | Arroz Carreteiro, salada de alface | FERIADO | Arroz, Feijão, Nhoque com Frango em molho, salada de beterraba cozida. |
| LANCHE Semana 30/10 A 03/11 | Polenta com Moída em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada | Risoto de frango (com arroz branco) e salada de repolho com tomate + BANANA | Feijoada com carne suína, Arroz Parabolizado, Farofa de espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface | FERIADO | Sagu com suco de uva + creme branco |
| CAFÉ DA MANHÃ Semana 06/11 a 10/11 | Biscoito Salgado e Chá Mate | Pão Fatiado com Margarina e leite com Mascau | Biscoito Amanteigado de Chocolate e Chá de Endro | Pão fatiado com doce de frutas e café com leite | Pão fatiado com REQUEIJÃO e chá mate |
| ALMOÇO Semana 06/11 a 10/11 | Arroz, feijão, carne moída em molho com batata e cenoura e salada de repolho com tomate | Arroz, feijão, Frango em molho, farofa de espinafre com repolho e cenoura e salada de chuchu cozido | Arroz, feijão, vaca atolada (mandioca + carne bovina) E salada de alface | Arroz, feijão, Frango em molho , batata doce Cozida, e salada de pepino com tomate | Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Polenta, Salada beterraba com Cenoura cozida. |
| LANCHE Semana 06/11 a 10/11 | Macarrão espaguete com moída em molho e Salada de repolho com cenoura ralada | Cuca + chá mate e banana | Pão Francês com apresuntado e queijo e suco de uva | Quirera com suína e Salada de Alface | Galinhada (arroz branco + açafraão) salada de repolho com tomate + MELANCIA |



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

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

| | | | | | |
|---|--|--|---|---|--|
| CAFÉ DA MANHÃ Semana 13/11 a 17/11 | Biscoito de Leite com Chá de ERVA CIDREIRA | FERIADO | FERIADO | Pão Fatiado com Margarina e Café com Leite. | Pão com Nata e Chá ERVA DOCE |
| ALMOÇO Semana 13/11 a 17/11 | Arroz, Feijão, Ovo Mexido com cheiro verde e orégano, Salada beterraba com Cenoura cozida. | FERIADO | FERIADO | Arroz, feijão, panqueca de espinafre com carne moída e salada de pepino em rodela | Arroz, feijão, mandioca cozida, carne suína em molho, salada de repolho com cenoura ralada |
| LANCHE Semana 13/11 a 17/11 | Biscoito Rosca em calda + chá mate | FERIADO | FERIADO | Salada de frutas (BANANA, MAÇÃ, LARANJA, MAMÃO) | Polenta com carne suína em molho e Salada de Alface, |
| CAFÉ DA MANHÃ Semana 20/11 a 24/11 | Biscoito de Rosca em calda com Chá de CAMOMILA | Pão Fatiado com Nata e Leite com Mascav. | 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 20/11 a 24/11 | Arroz, Feijão, Frango em molho, Polenta, Salada de Repolho com Tomate | Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas em molho, Salada de Alface. | Arroz, Feijão, macarrão CASEIRO COM Carne Moída em molho, Salada de Repolho. | Feijoadada com carne suína, Arroz, farofa ESPINAFRE com cenoura, Salada de Alface. | Arroz, Feijão, Frango assado com BATATA DOCE Salada de beterraba cozida |
| LANCHE Semana 20/11 a 24/11 | Galinhada (arroz branco + açafreão) salada de repolho com cenoura | Quirera com carne suína e Salada de Alface, LARANJA | Pão Francês com carne moída em molho e Suco de Uva | Biscoito salgado e chá mate + banana | Macarrão Rigatoni com frango em molho e salada de repolho com beterraba |



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

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

| | | | | | |
|---|--|--|---|--|--|
| CAFÉ DA MANHÃ Semana 27/11 a 01/12 | Biscoito amanteigado de chocolate e chá cidreira | Bolacha de milho e chá CAMOMILA | Pão fatiado com margarina e leite com mascau | Biscoito rosca em calda e chá mate | Pão Fatiado com OVO MEXIDO e café com leite |
| ALMOÇO Semana 27/11 a 01/12 | Arroz, feijão, escondidinho de mandioca com carne moída, salada de repolho ralado com pepino em rodela finas | Arroz, feijão, frango em molho, farofa de espinafre com repolho e cenoura ralada e salada de alface | Arroz Carreteiro e salada de repolho ralado com tomate picado em cubinhos pequenos. | Arroz, feijão, polenta com carne suína em molho e salada de beterraba cozida | Arroz, feijão, Frango em molho , batata refogada com cheiro verde , salada de alface |
| LANCHE Semana 27/11 a 01/12 | Polenta com Frango em Molho e Salada de Repolho com Cenoura | SUCRILHOS (FLOCOS DE MILHO) COM BEBIDA LACTEA + BANANA | Pão Francês com MARGARINA e leite com mascau | Risoto de frango (com arroz branco) + Salada de alface + MELANCIA | Macarrão caseiro com carne moída e salada de alface |



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO – PR / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL –NOVEMBRO 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 |
|--|--|---|---|---|--|
| 30/10 A 03/11 | | | | | |
| LANCHE MATUTINO 9:40 | Biscoito Amanteigado de Chocolate e Chá de CAMOMILA. Banana | Pão de Queijo com Chá de Erva Cidreira | Bolo simples e Chá Mate. | FERIADO | Pão FATIADO com Nata e Café com Leite |
| ALMOÇO 12:00 | Arroz, Feijão, macarrão Espaguete com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada. | Arroz, Feijão, Frango em molho, purê de mandioca e salada de alface | Arroz Carreteiro, feijão e Salada de repolho com cenoura e espinafre | FERIADO | Arroz, Feijão, Nhoque com Frango em molho, salada de beterraba cozida |
| LANCHE VESPERTINO 15:20 | Polenta com carne moída em molho e salada de cenoura e beterraba ralada | Risoto de Frango (arroz branco) salada de repolho com tomate | Torta Salgada de frango e Suco de Uva | FERIADO | Sagú com suco de uva + creme branco |
| 06/11 a 10/11 | 1ª OPÇÃO | 2ª OPÇÃO | 3ª OPÇÃO | 4ª OPÇÃO | 5ª OPÇÃO |
| LANCHE MATUTINO 9:40 | Pão fatiado com mel e chá endro | Bolo simples e chá cidreira. | Pão francês com apresuntado e queijo e suco de uva | Pão fatiado com Nata e café com leite | Pão de queijo e Chá de Sidro |
| ALMOÇO 12:00 | Arroz, feijão, carne moída em molho com batata e cenoura e saldada de repolho com tomate | Arroz, feijão, frango em molho, farofa de espinafre com repolho e cenoura e salada de chuchu cozido | Arroz, feijão, vaca atolada (mandioca + carne bovina) E salada de alface | Arroz, feijão, frango em molho, batata doce COZIDA e salada de pepino | Arroz, feijão, carne suína em molho, polenta, salada de beterraba com cenoura cozida |
| LANCHE VESPERTINO | Macarrão espaguete com carne moída em molho e | Cuca + chá mate e banana | PLANEJAMENTO | Polenta com carne suína em Molho e Salada de | Galinhada (arroz branco + açafraão) e salada de repolho com cenoura |



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

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

| | | | | | |
|-------|--------------------------------------|--|--|--------|-------------------|
| 15:20 | salada de repolho com cenoura ralada | | | alface | ralada + melancia |
|-------|--------------------------------------|--|--|--------|-------------------|

| 13/11 a 17/11 | 1ª OPÇÃO | 2ª OPÇÃO | 3ª OPÇÃO | 4ª OPÇÃO | 5ª OPÇÃO |
|-----------------------------------|---|---|---|---|---|
| LANCHE MATUTINO 9:40 | Pão fatiado com nata e Chá de CAMOMILA | FERIADO | FERIADO | Bolacha de milho chá mate | Pão Fatiado com Margarina e café com leite. |
| ALMOÇO 12:00 | Arroz, feijão, ovo mexido com cheiro verde e orégano e salada de beterraba com cenoura. | FERIADO | FERIADO | Arroz, feijão, panqueca de espinafre com carne moída e salada de pepino em rodelas | Arroz, feijão, mandioca cozida, carne suína em molho e salada de repolho. |
| LANCHE VESPERTINO 15:20 | Biscoito rosca em calda + chá mate | FERIADO | FERIADO | Polenta com carne suína em molho e salada de alface | Salada de Frutas (banana , maçã, laranja, mamão) |
| 20/11 a 24/11 | 1ª OPÇÃO | 2ª OPÇÃO | 3ª OPÇÃO | 4ª OPÇÃO | 5ª OPÇÃO |
| LANCHE MATUTINO 9:40 | Biscoito Rosca em calda e Chá Mate. | Pão com ovo mexido e chá de erva doce | Bolacha de milho , café com leite | Pão FATIADO com Nata e Chá de Sidro + laranja | Pão FATIADO com Doce de Frutas e Chá de Sidro. |
| ALMOÇO 12:00 | Arroz, feijão, frango em molho , polenta, salada de repolho com tomate | Arroz, feijão, carne de panela com batatas em molho, salada de alface | Arroz, feijão, macarrão caseiro com 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 beterraba cozida |



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

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

| LANCHE VESPERTINO 15:20 | Galinhada (arroz branco+ açafrão) salada de repolho com cenoura | Biscoito salgado, chá mate, banana | Pão Francês com carne moída e suco de uva | PLANEJAMENTO | Macarrão Rigatoni com frango em molho e salada de repolho com beterraba |
|--------------------------------|--|---|--|--|--|
| 27/11 a 01/12 | 1ª OPÇÃO | 2ª OPÇÃO | 3ª OPÇÃO | 4ª OPÇÃO | 5ª OPÇÃO |
| LANCHE MATUTINO 9:40 | Pão FATIADO com Doce de Frutas e Chá de Sidro. | Pão Fatiado com margarina e leite com mascav | Omelete + maçã | Bolo simples com Chá de Erva Doce | Salada de frutas |
| ALMOÇO 12:00 | Arroz, feijão, escondidinho de mandioca com carne moída e salada de repolho com pepino | Arroz carreteiro, feijão e salada de repolho com tomate picado em cubinhos | Arroz, feijão, frango em molho, farofa de espinafre com repolho e cenoura e salada de alface | Arroz, feijão, polenta com carne suína em molho e salada de beterraba cozida | Arroz, feijão, frango em molho , batata refogada com cheiro verde e salada de alface |
| LANCHE VESPERTINO 15:20 | Polenta com frango em molho e salada de repolho com cenoura | SUCRILHOS (FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR) COM BEBIDA LACTEA + banana | Torta salgada de frango e suco de uva | Risoto de frango com arroz branco + salada de alface | Macarrão caseiro com carne moída e salada de alface |



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

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181

| | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|
| ALMOÇO Semana 30/10 A 03/11 | Arroz, Feijão, macarrão Espaguete com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada. | Arroz, Feijão, Frango em molho, Purê de mandioca , Salada de Alface. | Arroz Carreteiro, salada de alface | FERIADO | Arroz, Feijão, Nhoque com Frango em molho, salada de beterraba cozida. |
| LANCHE Semana 30/10 A 03/11 | Polenta com Moída em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada | Risoto de frango (com arroz branco) e salada de repolho com tomate + banana | Feijoada com carne suína, Arroz Parabolizado, Farofa de espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface | FERIADO | Sagu com suco de uva + creme branco |
| ALMOÇO Semana 06/11 A 10/11 | Arroz, feijão, carne moída em molho com batata e cenoura e salada de repolho com tomate | Arroz, feijão, Frango em molho, farofa de espinafre com repolho e cenoura e salada de chuchu cozido | Arroz, feijão, vaca atolada (mandioca + carne bovina) E salada de alface | Arroz, feijão, Frango em molho , batata doce cozida, e salada de pepino com tomate | Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Polenta , Salada beterraba com Cenoura cozida. |
| LANCHE Semana 06/11 A 10/11 | Macarrão espaguete com moída em molho e Salada de repolho com cenoura ralada | Cuca + CHÁ COOPAFI SERVIR GELADO (CIDREIRA) e banana | Pão Francês com apresuntado e queijo e suco de uva | Quirera com carne suína e Salada de Alface | Galinhada (arroz branco + açafraão) salada de repolho com tomate + melancia |
| ALMOÇO SEMANA 13/11 A 17/11 | Arroz, Feijão, Ovo Mexido com cheiro verde e orégano, Salada beterraba com Cenoura cozida. | FERIADO | FERIADO | Arroz, feijão, panqueca de espinafre com carne moída e salada de pepino em rodela | Arroz, feijão, mandioca cozida, carne suína em molho, salada de repolho com cenoura ralada |



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

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181

| | | | | | |
|---|---|---|---|--|---|
| LANCHE Semana 13/11 A 17/11 | Biscoito Rosca em calda + chá mate | FERIADO | FERIADO | Salada de frutas (BANANA, MAÇÃ, LARANJA, MAMÃO) | Polenta com carne suína em molho e Salada de Alface |
| ALMOÇO Semana 20/11 A 24/11 | Arroz, Feijão, Frango em molho, Polenta, Salada de Repolho com Tomate | Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas em molho, Salada de Alface. | Arroz, Feijão, macarrão CASEIRO COM Carne Moída em molho, Salada de Repolho. | Feijoada com carne suína, Arroz, farofa ESPINAFRE com cenoura, Salada de Alface. | Arroz, Feijão, Frango assado com BATATA DOCE Salada de beterraba cozida |
| LANCHE Semana Semana 20/11 A 24/11 | Galinhada (arroz branco + açafraão) salada de repolho com cenoura | Quirera com carne suína e Salada de Alface + LARANJA | Pão Francês com carne moída em molho e Suco de Uva | Biscoito salgado e chá mate + banana | Macarrão Rigatoni com frango em molho e salada de repolho com beterraba |
| ALMOÇO Semana 27/11 A 01/12 | Arroz, feijão, escondidinho de mandioca com carne moída, salada de repolho ralado com pepino em rodela fina | Arroz, feijão, frango em molho, farofa de espinafre com repolho e cenoura ralada e salada de alface | Arroz Carreteiro (com carne de panela) , feijão e salada de repolho ralado com tomate picado em cubinhos pequenos. | Arroz, feijão, polenta com carne suína em molho e salada de beterraba cozida | Arroz, feijão, Frango em assado , batata refogada com cheiro verde , salada de alface |
| LANCHE Semana Semana 27/11 A 01/12 | Polenta com Frango em Molho e Salada de Repolho com Cenoura | SUCRILHOS (FLOCOS DE MILHO) COM BEBIDA LACTEA + banana | Pão Francês com MARGARINA e leite com mascau | Risoto de frango (com arroz branco) + Salada de alface + MELANCIA | Macarrão caseiro com carne moída e salada de alface + |



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

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

| | | | | | |
|---|---|--|--|--|--|
| CAFÉ DA MANHÃ Semana 30/10 A 03/11 | Biscoito amanteigado de chocolate com Chá de CAMOMILA | Pão Fatiado com Nata e leite com Mascau | Pão Fatiado com margarina e Chá Matte | FERIADO | Pão Fatiado com MEL e Chá de Cidreira |
| ALMOÇO Semana 30/10 A 03/11 | Arroz, Feijão, macarrão Espaguete com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada. | Arroz, Feijão, Frango em molho, Purê de mandioca , Salada de Alface. | Arroz Carreteiro, salada de alface | FERIADO | Arroz, Feijão, Nhoque com Frango em molho, salada de beterraba cozida. |
| LANCHE Semana 30/10 A 03/11 | Polenta com Moída em Molho e Salada de Cenoura e Beterraba ralada | Risoto de frango (com arroz branco) e salada de repolho com tomate + banana | Feijoada com carne suína, Arroz Parabolizado, Farofa de espinafre , repolho e cenoura. Salada de Alface | FERIADO | Sagu com suco de uva + creme branco |
| CAFÉ DA MANHÃ Semana 06/11 a 10/11 | Biscoito Salgado e Chá Mate | Pão Fatiado com Margarina e leite com Mascau | Biscoito Amanteigado de Chocolate e Chá de Endro | Pão fatiado com doce de frutas e café com leite | Pão fatiado com REQUEIJÃO e chá mate |
| ALMOÇO Semana 06/11 a 10/11 | Arroz, feijão, carne moída em molho com batata e cenoura e salada de repolho com tomate | Arroz, feijão, Frango em molho, farofa de espinafre com repolho e cenoura e salada de chuchu cozido | Arroz, feijão, vaca atolada (mandioca + carne bovina) E salada de alface | Arroz, feijão, Frango em molho , batata doce Cozida, e salada de pepino com tomate | Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Polenta, Salada beterraba com Cenoura cozida. |
| LANCHE Semana 06/11 a 10/11 | Macarrão espaguete com moída em molho e Salada de repolho com cenoura ralada | Cuca + chá mate e banana | Pão Francês com apresuntado e queijo e suco de uva | POLENTA com CARNE suína Em molho e Salada de Alface, | Galinhada (arroz branco + açafrão) salada de repolho com tomate + MELANCIA |



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

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

| | | | | | |
|---|--|--|---|--|--|
| CAFÉ DA MANHÃ Semana 13/11 a 17/11 | Biscoito de Leite com Chá de ERVA CIDREIRA | FERIADO | FERIADO | Pão Fatiado com Margarina e Café com Leite. | Pão com Nata e Chá ERVA DOCE |
| ALMOÇO Semana 13/11 a 17/11 | Arroz, Feijão, Ovo Mexido com cheiro verde e orégano, Salada beterraba com Cenoura cozida. | FERIADO | FERIADO | Arroz, feijão, panqueca de espinafre com carne moída e salada de pepino em rodela | Arroz, feijão, mandioca cozida, carne suína em molho, salada de repolho com cenoura ralada |
| LANCHE Semana 13/11 a 17/11 | Biscoito Rosca em calda + chá mate | FERIADO | FERIADO | Salada de frutas (BANANA, MAÇÃ, LARANJA, MAMÃO) | Polenta com carne suína em molho e Salada de Alface. |
| CAFÉ DA MANHÃ Semana 20/11 a 24/11 | Biscoito de Rosca em calda com Chá de CAMOMILA | Pão Fatiado com Nata e Leite com Mascav. | 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 20/11 a 24/11 | Arroz, Feijão, Frango em molho, Polenta, Salada de Repolho com Tomate | Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas em molho, Salada de Alface. | Arroz, Feijão, macarrão CASEIRO COM Carne Moída em molho, Salada de Repolho. | Feijoada com carne suína, Arroz, farofa ESPINAFRE com cenoura, Salada de Alface. | Arroz, Feijão, Frango assado com BATATA DOCE Salada de beterraba cozida |
| LANCHE Semana 20/11 a 24/11 | Galinhada (arroz branco + açafraão) salada de repolho com cenoura | Polenta com carne suína em molho e Salada de Alface, laranja | Pão Francês com carne moída em molho e Suco de Uva | Biscoito salgado e chá mate + banana | Macarrão Rigatoni com frango em molho e salada de repolho com beterraba |



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

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

| | | | | | |
|---|--|--|---|--|--|
| CAFÉ DA MANHÃ Semana 27/11 a 01/12 | Biscoito amanteigado de chocolate e chá cidreira | Bolacha de milho e chá CAMOMILA | Pão fatiado com margarina e leite com mascau | Biscoito rosca em calda e chá mate | Pão Fatiado com OVO MEXIDO e café com leite |
| ALMOÇO Semana 27/11 a 01/12 | Arroz, feijão, escondidinho de mandioca com carne moída, salada de repolho ralado com pepino em rodela finas | Arroz, feijão, frango em molho, farofa de espinafre com repolho e cenoura ralada e salada de alface | Arroz Carreteiro e salada de repolho ralado com tomate picado em cubinhos pequenos. | Arroz, feijão, polenta com carne suína em molho e salada de beterraba cozida | Arroz, feijão, Frango em molho , batata refogada com cheiro verde , salada de alface |
| LANCHE Semana 27/11 a 01/12 | Polenta com Frango em Molho e Salada de Repolho com Cenoura | SUCRILHOS (FLOCOS DE MILHO) COM BEBIDA LACTEA + banana | Pão Francês com MARGARINA e leite com mascau | Risoto de frango (com arroz branco) + Salada de alface + melancia | Macarrão caseiro com carne moída e salada de alface |

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



| 30 A 03/11 | 1ª OPÇÃO | 2ª OPÇÃO | 3ª OPÇÃO | 4ª OPÇÃO | 5ª OPÇÃO |
|---------------------------|--|--|---|--|--|
| CAFÉ DA MANHÃ | Alimentação Láctea OU Banana | Alimentação Láctea OU mamão | Alimentação Láctea OU banana | FERIADO | Alimentação Láctea OU Ovo Mexido |
| ALMOÇO | Caldo de Feijão, Papa de Arroz, polenta mole com Frango em molho. Salada de beterraba cozida | Caldo de Feijão, Papa de Arroz, Carne de Panela, purê de mandioca, salada de couve flor | Caldo de Feijão, arroz papa, peito de frango (picar bem fino)em molho com de legumes (abobrinha, cenoura, batata ,milho verde | FERIADO | Feijoada (Caldo de Feijão+ carne suína cozida e bem desfiada), arroz papa, cenoura cozida e tomate picado em cubinhos pequenos |
| 12h00 | Alimentação Láctea (sem açúcar) | Alimentação Láctea (sem açúcar) | Alimentação Láctea (sem açúcar) | FERIADO | Alimentação Láctea (sem açúcar) |
| LANCHE 1 14h00 | Banana (sem açúcar) | Manga (sem açúcar) | Mamão (sem açúcar) | FERIADO | Melancia (sem açúcar) |
| JANTAR | Galinhada com açafrão e salada de beterraba cozida | Sopa de Musculo com legumes (Batata Salsa , Cenoura e Abobrinha) Macarrão DE LETRINHAS | Purê de Mandioca com Carne Moída e Salada de abobrinha e Cenoura cozidos. | FERIADO | Polenta com leite |
| 06 A 10/11 | 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 mamão | Alimentação Láctea OU banana | Alimentação Láctea OU melão |
| 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 | Caldo de feijão, Papa de arroz, macarrão cabelo de anjo com carne moída, salada de chuchu cozido | Caldo de feijão, Papa de arroz, purê de batata, frango em molho, salada de tomate |
| 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 | Melancia | Manga | Banana |
| JANTAR | Canja de Frango com legumes (Batata, Cenoura, Brócolis) e arroz branco | Macarrão Cabelo de anjo com carne moída em molho e salada de ABOBRINHA Cozida | Risoto com arroz branco, Frango e Salada de beterraba cozida. | Quirera Mole com Carne Suína e salada de chuchu cozido | Sopa de lentilha com carne suína, cenoura e macarrão cabelo de anjo) |

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



| 13 A 17/11 | 1ª OPÇÃO | 2ª OPÇÃO | 3ª OPÇÃO | 4ª OPÇÃO | 5ª OPÇÃO |
|-----------------------|--|---|--|---|---|
| CAFÉ DA MANHÃ | Alimentação Láctea OU melão | FERIADO | FERIADO | 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 chuchu cozido | FERIADO | FERIADO | Caldo de Feijão, Papa de Arroz, frango em molho, purê de mandioca e Salada de Cenoura cozida. | Caldo de Feijão, Arroz Papa, Frango com purê de Batata e Salada de couve flor cozida |
| 12h00 | Alimentação Láctea | FERIADO | FERIADO | Alimentação Láctea | Alimentação Láctea |
| LANCHE 1 14h00 | banana (sem açúcar) | FERIADO | FERIADO | Melancia (sem açúcar) | mamão (sem açúcar) |
| JANTAR | Sopa de Musculo com legumes (Batata Salsa , Cenoura e Abobrinha) Macarrão DE LETRINHAS | FERIADO | FERIADO | Polenta com leite | Risoto com arroz branco, Frango e Salada de beterraba cozida. |
| 20 A 24/11 | 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 tomate com couve flor | Caldo de Feijão, arroz papa, frango em molho, purê de batata e salada de beterraba cozida | Caldo de Feijão, arroz papa, macarrão espaguete com carne moída e salada de cenoura e chuchu cozidos | Caldo de Feijão, arroz papa, Vaca atolada (Mandioca + Panela) e salada de Beterraba e Cenoura Cozidas | Caldo de Feijão, arroz papa, frango em molho, purê de batata doce , e salada de tomate picadinho |
| 12h00 | Alimentação Láctea | Alimentação Láctea | Alimentação Láctea | Alimentação Láctea | Alimentação Láctea |
| LANCHE 1 14h00 | Banana (sem açúcar) | Manga (sem açúcar) | Melancia (sem açúcar) | Banana (sem açúcar) | mamão (sem açúcar) |
| JANTAR | Macarrão Cabelo de anjo com Moída e salada de Beterraba Cozida | Risoto com arroz branco, Frango e Salada de brócolis | Polenta mole com Frango em molho e Salada de tomate | Canja de frango, arroz, Legumes (batata, e Cenoura) | Quirerinha mole com Suíno e salada de abobrinha verde cozida |

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



| 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 | | | | | |
|--|---|---|--|--|--|
| 27/11 A 01/12 | 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, Papa de Arroz, estrogonofe de carne de panela, Salada de Beterraba cozida. | Caldo de Feijão, Papa de Arroz, polenta e salada de cenoura cozida + tomate em cubinhos | Feijoada (Caldo de Feijão+ carne suína cozida e bem desfiada), arroz papa, cenoura cozida e tomate picado em cubinhos pequenos | Caldo de Feijão, Papa de Arroz, mandioca, carne moída em molho e salada de chuchu cozido | Arroz, feijão, macarrão cabelo de anjo com frango em molho e salada de abobrinha verde cozida |
| 12h00 | Alimentação Láctea | Alimentação Láctea | Alimentação Láctea | Alimentação Láctea | Alimentação Láctea |
| LANCHE 1 14h00 | Banana | Melancia | Manga | Banana | Mamão |
| JANTAR | Polenta com frango em molho e salada de abobrinha cozida com cenoura | Quirerinha mole com Suíno e salada de brócolis com couve flor | Galinhada (com arroz branco + açafrão) | Sopa de Feijão com Macarrão conchinha e Legumes (Batata e Cenoura | Sopa de Musculo com legumes (Batata Salsa , Cenoura e Abobrinha) Macarrão DE LETRINHAS |

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

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181

| | 1ª OPÇÃO | 2ª OPÇÃO | 3ª OPÇÃO | 4ª OPÇÃO | 5ª OPÇÃO |
|-------------------------------------|--|---|---|--|--|
| 30/10 A 03/11 | | | | | |
| CAFÉ DA MANHÃ 08:00h | Pão Fatiado quente com manteiga e chá de erva cidreira | Pão caseiro com Ovo mexido e chá de Endro | Pão de milho e Nata e Leite Morno com Cacau | FERIADO | Crepioca (goma de tapioca + ovo) com queijo, tomate e orégano + 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 mandioca e Salada de Alface. | Arroz, Feijão, Estrogonofe de Frango, Salada Cenoura e BROCOLIS cozido | FERIADO | Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de (Espinafre , cenoura e Cheiro Verde) e Salada de Alface e Tomate. |
| LANCHE 1 14h00 | BANANA | MANGA | BANANA | FERIADO | MELANCIA |
| LANCHE 2 15:45 / 16:00h | Galinhada com açafrão e Salada de Beterraba cozida. | Biscoito de Polvilho Salgado COOPAFI e batida de banana com ameixa | Bolo de Amendoim Fazer nas forminhas da cupcake). Suco de laranja | FERIADO | Polenta com leite |
| 06 A 10/11 | 1ª OPÇÃO | 2ª OPÇÃO | 3ª OPÇÃO | 4ª OPÇÃO | 5ª OPÇÃO |
| CAFÉ DA MANHÃ | Pão Fatiado com Manteiga e chá de erva cidreira | Pão caseiro com Ovo Mexido LEITE MORNO | Pão de Cenoura e Requeijão Caseiro e chá de Endro | Pão Fatiado com doce de frutas SEM AÇÚCAR COOPAFI e chá ERVA DOCE | Panqueca com Queijo, tomate e orégano e Leite com Cacau |
| ALMOÇO | Arroz, Feijão, Nhoque com Carne Moída Salada de Repolho e cenoura. | Arroz, Feijão, ISCAS DE FRANGO EM MOLHO COM LEGUMES (milho verde, Abobrinha Cenoura ESPINAFRE , e salada de alface | Arroz, Feijão, Frango Assado com Batatas e Salada de Beterraba cozida | Arroz, Feijão, Carne de Panela + mandioca (vaca atolada), Salada de Alface. | Arroz, feijão, frango em molho, polenta, salada de tomate |
| LANCHE 1 14h00 | MAÇÃ | BANANA | MELANCIA | MANGA | BANANA |
| LANCHE 2 | Canja de Galinha, com arroz, branco, batata, cenoura E abobrinha | Pão Caseirinho com carne moída (deixar a carne úmida) e Suco de uva | Torta Salgada de frango e batida de banana com mamão | Quirera com carne suína (Carne <i>picada em iscas fininhas refogada com temperos e misturado a quirera</i>) e salada de chuchu | 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) – NOVEMBRO 2023**

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181

| 13 a 17/11 | 1ª OPÇÃO | 2ª OPÇÃO | 3ª OPÇÃO | 4ª OPÇÃO | 5ª OPÇÃO |
|-----------------------|---|---|--|---|--|
| CAFÉ DA MANHÃ | Pão Fatiado COM DOCE DE FRUTAS SEM AÇÚCAR e leite morno | FERIADO | FERIADO | Pão Fatiado com manteiga e chá de cidreira | Panqueca com Queijo e Leite Morno com Cacau |
| ALMOÇO | Arroz, Feijão, Ovo Mexido com peito de frango, Salada de Repolho. | FERIADO | FERIADO | Arroz, feijão, Mandioca cozida, carne moída em molho e salada de brócolis e cenoura em cubinhos. | Arroz, Feijão, Frango em molho, purê de Batata e Salada de Cenoura e beterraba cozida. |
| LANCHE 1 14h00 | BANANA | FERIADO | FERIADO | MELANCIA | LARANJA |
| LANCHE 2 | Macarrão rigatoni com frango em molho e salada de alface | FERIADO | FERIADO | Polenta com carne suína em molho (picar a carne em cubinhos pequenos), salada de chuchu com tomate. | Bolo de Banana com Cacau Fazer nas forminhas da cupcake). e Suco de uva |
| 20 a 24/11 | 1ª OPÇÃO | 2ª OPÇÃO | 3ª OPÇÃO | 4ª OPÇÃO | 5ª OPÇÃO |
| CAFÉ DA MANHÃ | Pão Fatiado quente com manteiga e CHA CAMOMILA | Pão de milho com nata e COOPAFI Chá CIDREIRA | Pão de Cenoura com Requeijão Caseiro e Chá de ENDRO | Pão fatiado com ovo mexido COM cheiro verde e Leite Morno | Pão fatiado com Queijo quente e Leite Morno com Cacau |
| ALMOÇO | Arroz, Feijão, macarrão espaguete com Frango em molho E salada de chuchu cozido | Arroz, Feijão, Frango em molho, Batata doce chips assada 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, batata refogada e Salada de Repolho e Tomate. |
| LANCHE 1 14h00 | MAÇÃ | BANANA | LARANJA | BANANA | MANGA |
| LANCHE 2 | Macarrão Caseiro com Carne Moída em molho e Salada de repolho ralado | Risoto de Frango e Salada de Beterraba. | 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 |
| 27 a 01/12 | 1ª OPÇÃO | 2ª OPÇÃO | 3ª OPÇÃO | 4ª OPÇÃO | 5ª OPÇÃO |
| CAFÉ DA MANHÃ | Pão fatiado com Manteiga e CHÁ HORTELÃ | Pão de Milho e Nata e Chá de erva cidreira | Pão fatiado com manteiga e leite morno | Pão caseiro com Ovo Mexido Chá de Endro | Panqueca com queijo e leite morno com cacau |

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

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181



| | | | | | |
|---------------------------|---|--|---|--|---|
| ALMOÇO | Arroz, Feijão, Estrogonofe de Carne de Panela, Salada de Alface e Couve Flor cozida. | Arroz, feijão, Frango em molho , Polenta, e salada de beterraba cozida.. | Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de espinafre com cenoura, Salada de Alface | Arroz, Feijão, Mandioca com Carne moída em molho, Repolho com Cenoura. | Arroz, Feijão, Macarrão Caseiro com frango em molho e Salada de Alface com Tomate |
| LANCHE 1 14h00 | BANANA | MELANCIA | MANGA | BANANA | MAMÃO |
| LANCHE 2 | Biscoito de Polvilho Salgado COOPAFI e IOGURTE Natural com polpa de morango e Banana | Quirera com Carne Suína e Salada de chuchu e cenoura cozidos em palito | Galinhada com açafrão e Salada de Beterraba Cozida | Sopa de Feijão com Macarrão Conchinha e batata e Cenoura | Torta Salgada de frango e Legumes (milho verde, Cenoura) – forma de Cupcake, e Chá de ENDRO |