



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO INFANTIL – BERÇARIO (6 meses a 1 ano e 1 mês) – MARÇO DE 2024
 Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 Nutricionista Joelen Raiana Favaro Ries – CRN 8209

04/03 A 08/03	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
CAFÉ DA MANHÃ	Alimentação láctea (sem açúcar) OU Ovo mexido	Alimentação láctea (sem açúcar) OU Mamão	Alimentação láctea (sem açúcar) OU Banana	Alimentação láctea (sem açúcar) OU papa de maçã	Alimentação láctea (sem açúcar) OU Banana
ALMOÇO	Caldo de Feijão, polenta mole com Carne Moída, Abobrinha cozida.	Caldo de Feijão, Arroz Papa, Carne Suína e Refogado de legumes (cenoura e espinafre)	Caldo de Feijão, Arroz papa, macarrão cabelo de anjo, frango em molho e Cenoura e Beterraba cozidas.	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, carne de panela em molho com batatas, beterraba cozida.	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, peito de frango com legumes (cenoura, brócolis e milho)
12h00	Alimentação láctea (sem açúcar)	Mamadeira 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)	Mamão (sem açúcar)	Banana (sem açúcar)	Melão (sem açúcar)
JANTAR	Risoto de Frango e Salada de Cenoura cozida	Macarrão Cabelo de Anjo com frango e Salada de Beterraba cozida	Quirerinha mole com carne suína e Salada de Brócolis Cozido	Sopa de Frango com macarrão cabelo de anjo e com Legumes (Abobrinha, Cenoura, Brócolis e Batata)	Sopa de Feijão com legumes (Espinafre, Cenoura, Batata e Abobrinha) e macarrão cabelo de anjo.
11/03 A 15/03	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
CAFÉ DA MANHÃ	Alimentação láctea (sem açúcar) OU Mamão	Alimentação láctea (sem açúcar) OU Ovo Mexido	Alimentação láctea (sem açúcar) OU Banana	Alimentação láctea (sem açúcar) OU Mamão	Alimentação láctea (sem açúcar) OU papa de maçã
ALMOÇO	Caldo de Feijão, Arroz Papa, Ovo mexido e Legumes refogados (cenoura, abobrinha, espinafre e milho verde).	Caldo de Feijão, Arroz Papa, Purê de Batata, Carne de panela em molho e Salada de Couve Flor cozida.	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, frango em molho polenta mole e Cenoura cozida	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, Carne Suína e Purê de Mandioca e Salada de beterraba e cenoura Cozidas.	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, Frango assado com batata doce cozida e Salada de Tomate picado.
12h00	Alimentação láctea (sem açúcar)	Alimentação láctea (sem açúcar)	Alimentação láctea (sem açúcar)	Alimentação láctea (sem açúcar)	Alimentação láctea (sem açúcar)
LANCHE 14h00	Papa de Maçã (sem açúcar)	Banana (sem açúcar)	Melão (sem açúcar)	Banana (sem açúcar)	Mamão (sem açúcar)
JANTAR	Galinhada Salada de Beterraba Cozida	Quirerinha mole com carne suína e salada de cenoura cozida.	Sopa de Musculo com Arroz com Legumes (Abobrinha, Cenoura e Batata)	Macarrão Cabelo de Anjo com carne moída em molho e Salada de Couve Flor e Cenoura Cozida	Sopa de Feijão com macarrão cabelo de anjo, batata e cenoura.

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



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO INFANTIL – BERÇARIO (6 meses a 1 ano e 1 mês) – MARÇO DE 2024
 Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 Nutricionista Joelen Raiana Favaro Ries – CRN 8209

18/03 A 22/03	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
CAFÉ DA MANHÃ	Alimentação láctea (sem açúcar) OU Mamão	Alimentação láctea (sem açúcar) OU Ovo mexido	Alimentação láctea (sem açúcar) OU banana	Alimentação láctea (sem açúcar) OU Mamão	Alimentação láctea (sem açúcar) OU Banana
ALMOÇO 10:00h	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, macarrão cabelo de anjo com carne moída, Refogado de Abobrinha com milho e salada de tomate.	Caldo de Feijão, Arroz Papa, Vaca atolada (Mandioca e Carne Suína) e Cenoura Cozida	Caldo de Feijão, Arroz Papa, Carne Suína e Refogado legumes (cenoura e couve manteiga)	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, Estrogonofe de carne de Frango, Salada de cenoura com abobrinha Cozida	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, Frango com Batatas em molho, Beterraba Cozida.
12h00	Alimentação láctea (sem açúcar)	Alimentação láctea sem açúcar	Alimentação láctea (sem açúcar)	Alimentação láctea (sem açúcar)	Alimentação láctea (sem açúcar)
LANCHE 14h00	Papa de Maçã (sem açúcar)	Banana (sem açúcar)	Mamão (sem açúcar)	Banana (sem açúcar)	Papa de Maçã (sem açúcar)
JANTAR	Polenta mole com Frango em molho, Salada de Cenoura Cozida.	Sopa de Feijão com Macarrão conchinha e legumes (Batata, Cenoura e Vagem)	Sopa de Frango com macarrão letrinha e Legumes (brócolis, Cenoura e Batata).	Quirerinha mole com Suíno e Salada Beterraba cozida.	Sopa de Musculo com legumes (Cenoura, Brócolis e Batata) e macarrão cabelo de anjo.
25/03 A 28/03	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
CAFÉ DA MANHÃ	Alimentação láctea (sem açúcar) OU Mamão	Alimentação láctea (sem açúcar) OU Papa de Maçã	Alimentação láctea (sem açúcar) OU Banana	Alimentação láctea (sem açúcar) OU melão	FERIADO
ALMOÇO 10:00h	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, Ovo Mexido com peito de Frango e Salada de Cenoura Cozida	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, Macarrão Cabelo de anjo com Carne Moída e Salada de Vagem com Cenoura cozida.	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, estrogonofe com carne de Panela e Salada de Beterraba e Cenoura cozida.	Caldo de Feijão, Papa de Arroz, Frango assado com batatas e Salada de Brócolis e Cenoura cozida	FERIADO
12h00	Alimentação láctea (sem açúcar)	Alimentação láctea (sem açúcar)	Alimentação láctea (sem açúcar)	Alimentação láctea (sem açúcar)	FERIADO
LANCHE 1 14h00	Papa de Maçã (sem açúcar)	Banana (sem açúcar)	Melão (sem açúcar)	Banana (sem açúcar)	FERIADO
JANTAR	Quirerinha mole com Carne Suína e Salada de Beterraba	Polenta com Leite	Canja de frango, arroz, Legumes (batata, Batata Salsa e Cenoura)	Sopa de Feijão com macarrão cabelo de anjo, batata e cenoura.	FERIADO
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					



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (1 a 3 anos) – MARÇO 2024

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

04/03 a 08/03	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
CAFÉ DA MANHÃ 08:00h	Crepioca (Ovo+Goma de Tapioca) recheada com queijo, tomate cubos, orégano e Chá Cidrô .	Pão Fatiado com doce de frutas sem açúcar e Leite Morno	Pão de Cenoura 30g com Nata Leite Morno com Cacau	Pão Caseiro, Ovo mexido, Chá de Maçã com Canela .	Pão Fatiado com queijo (quente) Chá de Melissa
ALMOÇO 10:45 / 11:15h	Arroz, Feijão, Polenta com Carne Moída em molho e Salada de Repolho e Alface.	Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de espinafre com cenoura. Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Macarrão Espaguete com Carne frango em molho, Salada de Cenoura com Beterraba.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas em molho, Salada Repolho e Beterraba cozida.	Arroz, Feijão, Iscas de Frango com legumes(Cenoura, Abobrinha, e milho verde) e Salada de Repolho.
LANCHE 1 14h00	Maça	Banana	Mamão	Banana	Melão
LANCHE 2 15:45 / 16:00h	Risoto de Frango e Salada de Alface	Torta Salgada com Frango e Suco de Laranja	Quirerinha com carne suína e Salada de Repolho.	Bolo de Amendoim e Suco de Uva	Biscoito de Polvilho Salgado COOPAFI, Batida de Leite de coco com banana
11/03 a 15/03	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
CAFÉ DA MANHÃ 08:00h	Pão Fatiado com Manteiga e Leite Morno	Pão Caseiro Com requeijão caseiro + Leite Morno com Cacau	Pão de milho, chá de Cidrô .	Panqueca com queijo (quente) Chá Erva Cidreira	Pão fatiado com doce de frutas sem açúcar e chá Melissa
ALMOÇO 10:45 / 11:15h	Arroz, Feijão, Ovo cozido, Batata ao molho Salada Repolho	Arroz, Feijão, Legumes refogados(cenoura, milho verde, espinafre, abobrinha) Carne de Panela em molho e Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Polenta com Frango em molho, Salada de Repolho e Cenoura.	Arroz, Feijão, Carne suína, Mandioca , Salada de Beterraba com Cenoura.	Arroz, Feijão, Frango assado com Batata DOCE , Salada de Vagem e Tomate.
LANCHE 1 14h00	Manga	Banana	Melão	Banana	Maçã
LANCHE 2 15:45 / 16:00h	Galinhada Salada de Alface	Quirerinha com Carne suína e salada de Repolho com Tomate	Bolo de Banana com Cacau e Suco de Uva	Macarrão Rigatoni com Carne Moída em molho Salada de Alface	Torta Salgada com frango e Chá de Frutas Gelado (Abacaxi, Maça e Canela).

**MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC****CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (1 a 3 anos) – MARÇO 2024**

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

18/03 a 22/03	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
CAFÉ DA MANHÃ	Pão Fatiado (quente) com Queijo Chá Erva Cidreira	Pão Fatiado com Manteiga e Batida de Banana com ameixa	Pão Caseiro com ovo mexido Leite Morno	Pão de cenoura 30g com requeijão caseiro e Chá da Endro	Panqueca com Queijo e Leite Morno com Cacau
ALMOÇO	Arroz, Feijão, Nhoque pingado com molho de Carne Moída Salada de Repolho com Tomate.	Arroz, Feijão, Vaca Atolada (Carne de Panela + Mandioca) e Salada de Alface e Cenoura.	Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de couve manteiga com cenoura, Salada de Alface	Arroz, Feijão, Estrogonofe de Frango , Salada Repolho com Cenoura	Arroz, Feijão, Frango em molho com Batata doce cozida e Salada de Beterraba com Repolho.
LANCHE 1 14h00	Maçã	Banana	Mamão	Banana	Maçã
LANCHE 2	Polenta com Frango em molho, Salada de Alface.	Sopa de Feijão com Macarrão conchinha e legumes(Batata, Cenoura)	Pão caseiro 30g com Carne Moída e Suco de laranja	Arroz carreteiro e Salada de Alface.	Pão de batata e Polvilho doce + Azedo e Suco de Uva
25/03 a 28/03	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
CAFÉ DA MANHÃ	Pão Fatiado quente com manteiga e Chá Endro .	Pão Fatiado com doce sem açúcar e chá Cidreira	Pão de Milho e Leite morno com Cacau	Pão caseiro com Ovo Mexido Chá Poejo	FERIADO
ALMOÇO	Arroz, Feijão, Ovo Mexido com Peito de Frango e Cheiro Verde Salada de Repolho.	Arroz, Feijão, Panqueca de espinafre c/ moída em molho, Salada de Alface	Arroz, Feijão, Estrogonofe de Carne de Panela, Salada beterraba com Cenoura	Arroz, Feijão, Frango assado com batata doce Salada de Repolho com Cenoura	FERIADO
LANCHE 1 14h00	Mamão	Banana	Melão	Banana	FERIADO
LANCHE 2	Quirerinha com Suína Salada de Alface	Polenta com Leite	Canja de Frango, arroz branco, Legumes (Batata, Batata Salsa, Cenoura)	Nuggets caseiro de frango + Suco de Laranja.	FERIADO



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO INTEGRAL E ALICERCE – MARÇO 2024 – ESCOLAS DO CAMPO
Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

ALMOÇO Semana 04/03 A 08/03	Arroz, Feijão, nhoque com carne moída e salada de Alface	Arroz, Feijão, Frango em molho, mandioca cozida, Salada de repolho com tomate.	Arroz, feijão, carne de panela em molho, polenta, e salada de Repolho ralado	Arroz, Feijoada com carne suína, farofa de repolho , couve e cenoura, e salada de alface	Arroz, Feijão, Frango assado, purê de batata ,beterraba com cenoura cozidos
LANCHE Semana 04/03 A 08/03	Sopa de frango com macarrão espaguete e legumes (batata e cenoura)	Polenta com Carne Moída e Salada de REPOLHO	Cuca caseira + chá mate + banana	Risoto de Frango (arroz branco) ,Salada Cenoura com Beterraba cozidos	Sagu com Suco de Uva e Creme Branco ,maçã
ALMOÇO Semana 11/03 A 15/03	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Polenta, Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, feijão, macarrão espaguete com carne moída em molho E salada de repolho com cenoura ralados	Arroz, feijão, carne de panela com mandioca (vaca atolada), salada de alface	Arroz, feijão, frango em molho , batata refogada, e salada de repolho com cenoura ralados	Arroz, feijão, Frango assado com batata doce, e salada de tomate
LANCHE Semana 11/03 A 15/03	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Repolho com Cenoura	Bolacha Caseira coopafi + café com leite banana	Macarrão Espaguete com frango em Molho e Salada de Alface.	Pão com Carne Moída + Suco de polpa de abacaxi + maçã	Polenta com carne Suína e Salada de Repolho



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO INTEGRAL E ALICERCE – MARÇO 2024 – ESCOLAS DO CAMPO

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

ALMOÇO SEMANA 18/03 A 22/03	Arroz carreteiro e Salada de beterraba cozida	Arroz, feijão, carne suína, mandioca, e salada de alface com repolho	Arroz, feijão, Frango em molho, Farofa de repolho com espinafre e salada de cenoura cozida	Arroz, feijão, Polenta com frango em molho, salada de alface	Arroz, feijão, Torta Kibe (Carne moída+ Trigo Kibe + Cenoura Ralada + Abobrinha Ralada +Cebola+Cheiro Verde)Salada de repolho com tomate
LANCHE Semana 18/03 A 22/03	Macarrão Rigatoni com carne moída em molho e salada de repolho com tomate.	Salada de Frutas (Banana, Maçã, Laranja e Melão).	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura)	Pão com apresuntado e queijo e Chá mate + banana	Risoto de Frango (Arroz Branco), salada de beterraba com cenoura cozida.
ALMOÇO Semana 25/03 A 29/03	Arroz, Feijão, Polenta, frango em molho e salada de repolho	Arroz, Feijão, Carne de panela com batata em molho, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, escondidinho de mandioca com carne moída e Salada de Repolho.	Arroz, feijão, frango assado com batata doce, e salada de alface com cenoura ralada	FERIADO
LANCHE Semana Semana 25/03 A 29/03	Macarrão caseiro com Carne Moída em Molho e Salada de Alface	BISCOITO SALGADO IOGURTE E BANANA	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Alface	Biscoito amanteigado de chocolate e Suco de uva	FERIADO



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL JK– MARÇO 2024

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

CAFÉ DA MANHÃ Semana 04/03 A 08/03	Biscoito amanteigado de chocolate com Chá de Mate	Pão Fatiado com requeijão e chá erva cidreira	Biscoito Salgado e leite com Mascau	Pão Fatiado com margarina e café com leite	Pão Fatiado com doce de frutas e Chá de Cidreira
ALMOÇO Semana 04/03 A 08/03	Arroz, Feijão, nhoque com carne moída e salada de Alface	Arroz, Feijão, Frango em molho, mandioca cozida, Salada de repolho com tomate.	Arroz, feijão, carne de panela em molho, polenta, e salada de Repolho ralado	Arroz, Feijoada com carne suína, farofa de repolho, couve e cenoura, e salada de alface	Arroz, Feijão, Frango assado, purê de batata, beterraba com cenoura cozidos
LANCHE Semana 04/03 A 08/03	Sopa de frango com macarrão espaguete e legumes (batata e cenoura)	Polenta com Carne Moída e Salada de REPOLHO	Cuca caseira + chá mate + banana	Risoto de Frango (arroz branco), Salada Cenoura com Beterraba cozidos	Sagu com Suco de Uva e Creme Branco, maçã
LANCHE DE ONIBUS Semana 04/03 A 08/03	Biscoito De leite	BISCOITO AMANTEIGADO DE CHOCOLATE	Banana	Maçã	laranja



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL JK– MARÇO 2024

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

CAFÉ DA MANHÃ Semana 11/03 A 15/03	Biscoito Salgado e café com leite	Pão fatiado com nata e chá mate	Biscoito Amanteigado de Chocolate e Chá de Endro	Pão fatiado com doce de frutas e café com leite	Pão fatiado com REQUEIJÃO e leite com mascavo
ALMOÇO Semana 11/03 A 15/03	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Polenta, Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, feijão, macarrão espaguete com carne moída em molho E salada de repolho com cenoura ralados	Arroz, feijão, carne de panela com mandioca (vaca atolada), salada de alface	Arroz, feijão, frango em molho, batata refogada, e salada de repolho com cenoura ralados	Arroz, feijão, Frango assado com batata doce, e salada de tomate
LANCHE Semana 11/03 A 15/03	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Repolho com Cenoura	Bolacha Caseira coopafi + café com leite banana	Macarrão Espaguete com frango em Molho e Salada de Alface.	Pão com Carne Moída + Suco de polpa de abacaxi + maçã	Polenta com carne Suína e Salada de Repolho
LANCHE DE ONIBUS Semana 11/03 A 15/03	Biscoito salgado	Biscoito de leite	Banana	Laranja	Maçã



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL JK– MARÇO 2024

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

CAFÉ DA MANHÃ Semana 18/03 A 22/03	Pão fatiado com doce de frutas + chá ERVA CIDREIRA	Bolacha de milho coopafi + leite com mascavo	Biscoito amanteigado de chocolate + chá mate	Pão Fatiado com Margarina e Café com Leite.	Pão fatiado com Nata e Chá ERVA DOCE
ALMOÇO Semana 18/03 A 22/03	Arroz carreteiro e Salada de beterraba cozida	Arroz, feijão, carne suína, mandioca, e salada de alface com repolho	Arroz, feijão, Frango em molho, Farofa de repolho com espinafre e salada de cenoura cozida	Arroz, feijão, Polenta com frango em molho, salada de alface	Arroz, feijão, Torta Kibe (Carne moída+ Trigo Kibe + Cenoura Ralada + Abobrinha Ralada +Cebola+Cheiro Verde)Salada de repolho com tomate
LANCHE Semana 18/03 A 22/03	Macarrão Rigatoni com carne moída em molho e salada de repolho com tomate.	Salada de Frutas (Banana, Maçã, Laranja e Melão).	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura)	Pão com apresuntado e queijo e Chá mate + banana	Risoto de Frango (Arroz Branco), salada de beterraba com cenoura cozida.
LANCHE DE ONIBUS Semana 18/03 A 22/03	Biscoito amanteigado de chocolate	Biscoito de leite	Banana	Maçã	Biscoito salgado



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL JK– MARÇO 2024

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

CAFÉ DA MANHÃ Semana 25/03 A 29/03	Biscoito amanteigado de chocolate com Chá de Sidró	Pão Fatiado com Requeijão e Leite com Mascau.	Pão Fatiado com doce de Frutas e Chá Mate	Pão Fatiado com Margarina e Café com Leite.	FERIADO
ALMOÇO Semana 25/03 A 29/03	Arroz, Feijão, Polenta, frango em molho e salada de repolho	Arroz, Feijão, Carne de panela com batata em molho, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, escondidinho de mandioca com carne moída e Salada de Repolho.	Arroz, feijão, frango assado com batata doce, e salada de alface com cenoura ralada	FERIADO
LANCHE Semana 25/03 A 29/03	Macarrão caseiro com Carne Moída em Molho e Salada de Alface	BISCOITO SALGADO IOGURTE E BANANA	Galinhada (com açafraão/arroz branco) e Salada de Alface	Biscoito amanteigado de chocolate e Suco de uva	FERIADO
LANCHE DE ONIBUS Semana 25/03 A 29/03	Biscoito de leite	Maçã	BANANA	LARANJA	FERIADO



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – MARÇO 2024
Nutricionista Joelen Raiana Favaro Ries – CRN 8209

LANCHE Semana 04/03 a 08/03	Sopa de frango com macarrão espaguete e legumes (batata e cenoura)	Polenta com Carne Moída e Salada de REPOLHO	Cuca caseira + chá mate + banana	Risoto de Frango (arroz branco),Salada Cenoura com Beterraba cozidos	Sagu com Suco de Uva e Creme Branco ,maçã
LANCHE Semana 11/03 a 15/03	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Repolho com Cenoura	Bolacha Caseira coopafi + café com leite banana	Macarrão Espaguete com frango em Molho e Salada de Alface.	Pão com Carne Moída + Suco de polpa de abacaxi + maçã	Quirerinha com carne Suína e Salada de Repolho
LANCHE Semana 18/03 a 22/03	Macarrão Rigatoni com carne moída em molho e salada de repolho com tomate.	Salada de Frutas (Banana, Maçã, Laranja e Melão).	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura)	Pão com apresuntado e queijo e Chá mate + banana	Risoto de Frango (Arroz Branco), salada de beterraba com cenoura cozida.
LANCHE Semana 25/03 a 29/03	Macarrão caseiro com Carne Moída em Molho e Salada de Alface	BISCOITO SALGADO IOGURTE E BANANA	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Alface	Biscoito amanteigado de chocolate e Suco de uva	FERIADO



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO INTEGRAL E ALICERCE COM CAFÉ - MARÇO 2024

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

CAFÉ DA MANHÃ Semana 04/03 A 08/03	Biscoito amanteigado de chocolate com Chá de Mate	Pão Fatiado com requeijão e chá erva cidreira	Biscoito Salgado e leite com Mascau	Pão Fatiado com margarina e café com leite	Pão Fatiado com doce de frutas e Chá de Cidreira
ALMOÇO Semana 04/03 A 08/03	Arroz, Feijão, nhoque com carne moída e salada de Alface	Arroz, Feijão, Frango em molho, mandioca cozida, Salada de repolho com tomate.	Arroz, feijão, carne de panela em molho, polenta, e salada de Repolho ralado	Arroz, Feijoada com carne suína, farofa de repolho, couve e cenoura, e salada de alface	Arroz, Feijão, Frango assado, purê de batata, beterraba com cenoura cozidos
LANCHE Semana 04/03 A 08/03	Sopa de frango com macarrão espaguete e legumes (batata e cenoura)	Polenta com Carne Moída e Salada de REPOLHO	Cuca caseira + chá mate + banana	Risoto de Frango (arroz branco), Salada Cenoura com Beterraba cozidos	Sagu com Suco de Uva e Creme Branco, maçã



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO INTEGRAL E ALICERCE COM CAFÉ - MARÇO 2024

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

CAFÉ DA MANHÃ Semana 11/03 a 15/03	Biscoito Salgado e café com leite	Pão fatiado com nata e chá mate	Biscoito Amanteigado de Chocolate e Chá de Endro	Pão fatiado com doce de frutas e café com leite	Pão fatiado com REQUEIJÃO e leite com mascau
ALMOÇO Semana 11/03 a 15/03	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Polenta, Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, feijão, macarrão espaguete com carne moída em molho E salada de repolho com cenoura ralados	Arroz, feijão, carne de panela com mandioca (vaca atolada), salada de alface	Arroz, feijão, frango em molho , batata refogada, e salada de repolho com cenoura ralados	Arroz, feijão, Frango assado com batata doce, e salada de tomate
LANCHE Semana 11/03 a 15/03	Galinhada (com açafraão/arroz branco) e Salada de Repolho com Cenoura	Bolacha Caseira coopafi + café com leite banana	Macarrão Espaguete com frango em Molho e Salada de Alface.	Pão com Carne Moída + Suco de polpa de abacaxi + maçã	Quirerinha com carne Suína e Salada de Repolho



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO INTEGRAL E ALICERCE COM CAFÉ - MARÇO 2024

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

CAFÉ DA MANHÃ Semana 18/03 a 22/03	Pão fatiado com doce de frutas + chá ERVA CIDREIRA	Bolacha de milho coopafi + leite com mascavado	Biscoito amanteigado de chocolate + chá mate	Pão Fatiado com Margarina e Café com Leite.	Pão fatiado com Nata e Chá ERVA DOCE
ALMOÇO Semana 18/03 a 22/03	Arroz carreteiro e Salada de beterraba cozida	Arroz, feijão, carne suína, mandioca, e salada de alface com repolho	Arroz, feijão, Frango em molho, Farofa de repolho com espinafre e salada de cenoura cozida	Arroz, feijão, Polenta com frango em molho, salada de alface	Arroz, feijão, Torta Kibe (Carne moída+ Trigo Kibe + Cenoura Ralada + Abobrinha Ralada +Cebola+Cheiro Verde)Salada de repolho com tomate
LANCHE Semana 18/03 a 22/03	Macarrão Rigatoni com carne moída em molho e salada de repolho com tomate.	Salada de Frutas (Banana, Maçã, Laranja e Melão).	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura)	Pão com apresuntado e queijo e Chá mate + banana	Risoto de Frango (Arroz Branco), salada de beterraba com cenoura cozida.



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO INTEGRAL E ALICERCE COM CAFÉ - MARÇO 2024

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

CAFÉ DA MANHÃ Semana 25/03 a 29/03	Biscoito amanteigado de chocolate com Chá de CAMOMILA	Pão Fatiado com Requeijão e Leite com Mascau.	Pão Fatiado com doce de Frutas e Chá Mate	Pão Fatiado com Margarina e Café com Leite.	FERIADO
ALMOÇO Semana 25/03 a 29/03	Arroz, Feijão, Polenta, frango em molho e salada de repolho	Arroz, Feijão, Carne de panela com batata em molho, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, escondidinho de mandioca com carne moída e Salada de Repolho.	Arroz, feijão, frango assado com batata doce, e salada de alface com cenoura ralada	FERIADO
LANCHE Semana 25/03 a 29/03	Macarrão caseiro com Carne Moída em Molho e Salada de Alface	BISCOITO SALGADO IOGURTE E BANANA	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Alface	Biscoito amanteigado de chocolate e Suco de uva	FERIADO



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO – PR / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL –MARÇO 2024 EPITACIO PESSOA

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

	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
04/03 a 08/03					
LANCHE MATUTINO 9:40	Biscoito Amanteigado de Chocolate e Chá de Endro	Pão de Queijo com Chá de Erva Cidreira	Pão Francês com margarina + LEITE COM MASCAU	Bolo simples e chá erva doce.	Pão FATIADO com Requeijão e Café com Leite
ALMOÇO 12:00	Arroz, Feijão, nhoque com carne moída e salada de Alface	Arroz, Feijão, Frango em molho, mandioca cozida, Salada de repolho com tomate.	Arroz, feijão, carne de panela em molho, polenta, e salada de Repolho ralado	Arroz, Feijoada com carne suína, farofa de repolho , couve e cenoura, e salada de alface	Arroz, Feijão, Frango assado, purê de batata ,beterraba com cenoura cozidos
LANCHE VESPERTINO 15:20	Polenta com carne suína e Salada de repolho com tomate	Cuca caseira + chá mate + banana	Torta salgada de frango e suco de uva	Risoto de Frango (arroz branco), Salada Cenoura com Beterraba cozidos	Sagu com Suco de Uva e Creme Branco ,maçã
11/03 a 15/03	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
LANCHE MATUTINO 9:40	Bolacha de milho coopafi + chá Erva doce	Polenta fatiada na chapa, ovo mexido e chá de endro	Pão Francês com margarina + leite com mascáu	Pão fatiado com Requeijão e café com leite	Pão de queijo e Chá de Sidro
ALMOÇO 12:00	Arroz, Feijão, Carne Suína, Polenta, Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, feijão, macarrão espaguete com carne moída em molho E salada de repolho com cenoura ralados	Arroz, feijão, carne de panela com mandioca (vaca atolada), salada de alface	Arroz, feijão, frango em molho , batata refogada, e salada de repolho com cenoura ralados	Arroz, feijão, Frango assado com batata doce, e salada de tomate
LANCHE VESPERTINO 15:20	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Repolho com Cenoura	Bolo simples + suco de polpa de abacaxi	Macarrão Espaguete com frango em Molho e Salada de Alface.	Pão com Carne Moída + Suco de polpa de abacaxi + maçã	Bolacha Caseira coopafi + café com leite banana



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO – PR / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL –MARÇO 2024 EPITACIO PESSOA

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

18/03 a 22/03	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
LANCHE MATUTINO 9:40	Pão fatiado com Mel + chá mate	Biscoito de leite + café com leite	Pão Fatiado com Nata + chá mate	Bolo simples + chá de camomila	Bolacha de milho coopafi + café com leite
ALMOÇO 12:00	Arroz carreteiro e Salada de beterraba cozida	Arroz, feijão, carne suína, mandioca, e salada de alface com repolho	Arroz, feijão, Frango em molho, Farofa de repolho com espinafre e salada de cenoura cozida	Arroz, feijão, Polenta com frango em molho, salada de alface	Arroz, feijão, Torta Kibe (Carne moída+ Trigo Kibe + Cenoura Ralada + Abobrinha Ralada +Cebola+Cheiro Verde)Salada de repolho com tomate
LANCHE VESPERTINO 15:20	Macarrão Rigatoni com carne moída em molho e salada de repolho com tomate.	Salada de Frutas (Banana, Maçã, Laranja e Melão).	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura)	Pão com apresuntado e queijo e Chá mate + maçã	Risoto de Frango (Arroz Branco), salada de beterraba com cenoura cozida.
25/03 a 29/03	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
LANCHE MATUTINO 9:40	Pão fatiado + Nata + chá de erva doce	PLANEJAMENTO	Pão Francês com apresuntado e queijo + Café com leite	Biscoito amanteigado de chocolate e Suco de uva	FERIADO
ALMOÇO 12:00	Arroz, Feijão, Polenta, frango em molho e salada de repolho	PLANEJAMENTO	Arroz, Feijão, escondidinho de mandioca com carne moída e Salada de Repolho.	Arroz, feijão, frango assado com batata doce, e salada de alface com cenoura ralada	FERIADO
LANCHE VESPERTINO 15:20	Macarrão caseiro com Carne Moída em Molho e Salada de Alface	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Alface	BISCOITO SALGADO IOGURTE E BANANA	Salada de frutas	FERIADO



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO – PR / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL –MARÇO 2024 - MADRE BOA VENTURA

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

	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
04/03 a 08/03					
LANCHE MATUTINO 9:40	Biscoito Amanteigado de Chocolate e Chá mate	Pão FRANCÊS com margarina e Chá erva doce	Biscoito salgado e Leite com mascou	Pão fatiado com doce de frutas e chá endro	Pão FATIADO com Requeijão e chá mate
ALMOÇO 12:00	Arroz, Feijão, Polenta com carne moída em molho e salada de Repolho e cenoura ralada.	Arroz, Feijão, Frango em molho, farofa de espinafre com repolho e cenoura e Salada de Alface.	Arroz, feijão, carne de panela com batata e cenoura em molho, salada de beterraba cozida e repolho ralado	Arroz, feijão, carne suína, mandioca, salada de alface.	Arroz, feijão, Frango em molho com batata doce cozida e salada de repolho com tomate.
LANCHE VESPERTINO 15:20	Sopa de frango com macarrão espaguete e legumes (batata e cenoura)	Polenta com Carne Moída e Salada de REPOLHO	Cuca caseira + chá mate + banana	Risoto de Frango (arroz branco),Salada Cenoura com Beterraba cozidos	Sagu com Suco de Uva e Creme Branco ,maçã
11/03 a 15/03					
LANCHE MATUTINO 9:40	Biscoito rosca em calda e chá mate	Pão francês com requeijão + leite com mascou	Biscoito amanteigado de chocolate e chá endro	Pão fatiado com margarina e café com leite	Pão fatiado com doce de frutas e Chá mate
ALMOÇO 12:00	Arroz, feijão, carne moída com, batata refogada salada de repolho com cenoura	Arroz, feijão, carne de panela com mandioca (vaca atolada), e salada de alface	Arroz, feijão, torta de quibe (carne moída + trigo pra kibe +cenoura ralada +abobrinha ralada+cheiro verde + cebola) e salada de repolho	Arroz, Feijão, frango em molho, batata doce cozida e salada de beterraba cozida e cenoura cozida.	Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de (Espinafre cenoura, ovos e cheiro verde) e Salada de Alface e Beterraba.
LANCHE VESPERTINO 15:20	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Repolho	Bolacha Caseira coopafi + café com leite banana	Macarrão Espaguete com frango em Molho e Salada de Alface.	Pão com Carne Moída + Suco de polpa de abacaxi + maçã	Quirerinha com carne Suína e Salada de Repolho



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO – PR / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL –MARÇO 2024 - MADRE BOA VENTURA

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

18/03 a 22/03	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
LANCHE MATUTINO 9:40	Pão fatiado com doce de frutas e chá de erva doce	Bolacha de milho e chá mate	Pão fatiado com margarina e chá mate	Biscoito amanteigado de chocolate e café com leite	Cuca e café com leite
ALMOÇO 12:00	Arroz, feijão, Polenta com carne moída em molho, e salada de repolho com cenoura	Arroz, feijão, carne de panela com legumes (batata, cenoura e abobrinha)e salada de repolho.	Arroz, feijão, Frango assado com batata doce cozida, e salada de alface	Arroz, feijão, ovo cozido, batata refogada e salada de beterraba cozida com cenoura	Arroz, feijoada, Farofa de repolho com cenoura e couve + salada de beterraba e alface.
LANCHE VESPERTINO 15:20	Macarrão Rigatoni com carne moída em molho e salada de repolho com tomate.	Bolo simples + chá mate + maçã	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura)	Pão com apresuntado e queijo e Chá mate + banana	Risoto de Frango (Arroz Branco), salada de beterraba com cenoura cozida.
25/03 a 29/03	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
LANCHE MATUTINO 9:40	Pão fatiado com doce de frutas e café com leite	Bolacha de milho e chá camomila + maçã	Pão francês com margarina + chá mate	Biscoito rosca em calda + leite com mascau	FERIADO
ALMOÇO 12:00	Arroz, feijão, Carne moída em molho com macarrão espaguete, salada de alface	Arroz, feijão, Vaca atolada (carne de panela) + mandioca) e salada de repolho	Arroz, feijão, frango em molho e farofa de espinafre e salada de pepino e repolho	Arroz, feijão, polenta, carne suína em molho e salada de beterraba cozida e alface	FERIADO
LANCHE VESPERTINO 15:20	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Alface	BISCOITO SALGADO IOGURTE E BANANA	Biscoito amanteigado de chocolate e Suco de uva	Sagu com suco de uva e creme branco	FERIADO



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO INTEGRAL E ALICERCE – MARÇO 2024

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

ALMOÇO Semana 04/03 a 08/03	Arroz, Feijão, nhoque com carne moída e salada de Alface	Arroz, Feijão, Frango em molho, mandioca cozida, Salada de repolho com tomate.	Arroz, feijão, carne de panela em molho, polenta, e salada de Repolho ralado	Arroz, Feijoada com carne suína, farofa de repolho , couve e cenoura, e salada de alface	Arroz, Feijão, Frango assado, purê de batata ,beterraba com cenoura cozidos
LANCHE Semana 04/03 a 08/03	Sopa de frango com macarrão espaguete e legumes (batata e cenoura)	Polenta com Carne Moída e Salada de REPOLHO	Cuca caseira + chá mate + banana	Risoto de Frango (arroz branco) ,Salada Cenoura com Beterraba cozidos	Sagu com Suco de Uva e Creme Branco ,maçã
ALMOÇO Semana 11/03 a 15/03	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Polenta, Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, feijão, macarrão espaguete com carne moída em molho E salada de repolho com cenoura ralados	Arroz, feijão, carne de panela com mandioca (vaca atolada), salada de alface	Arroz, feijão, frango em molho , batata refogada, e salada de repolho com cenoura ralados	Arroz, feijão, Frango assado com batata doce, e salada de tomate
LANCHE Semana 11/03 a 15/03	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Repolho com Cenoura	Bolacha Caseira coopafi + café com leite banana	Macarrão Espaguete com frango em Molho e Salada de Alface.	Pão com Carne Moída + Suco de polpa de abacaxi + maçã	Quirerinha com carne Suína e Salada de Repolho



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO INTEGRAL E ALICERCE – MARÇO 2024

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

ALMOÇO SEMANA 18/03 a 22/03	Arroz carreteiro e Salada de beterraba cozida	Arroz, feijão, carne suína, mandioca, e salada de alface com repolho	Arroz, feijão, Frango em molho, Farofa de repolho com espinafre e salada de cenoura cozida	Arroz, feijão, Polenta com frango em molho, salada de alface	Arroz, feijão, Torta Kibe (Carne moída+ Trigo Kibe + Cenoura Ralada + Abobrinha Ralada +Cebola+Cheiro Verde)Salada de repolho com tomate
LANCHE Semana 18/03 a 22/03	Macarrão Rigatoni com carne moída em molho e salada de repolho com tomate.	Salada de Frutas (Banana, Maçã, Laranja e Melão).	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura)	Pão com apresuntado e queijo e Chá mate + banana	Risoto de Frango (Arroz Branco), salada de beterraba com cenoura cozida.
ALMOÇO Semana 25/03 a 29/03	Arroz, Feijão, Polenta, frango em molho e salada de repolho	Arroz, Feijão, Carne de panela com batata em molho, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, escondidinho de mandioca com carne moída e Salada de Repolho.	Arroz, feijão, frango assado com batata doce, e salada de alface com cenoura ralada	FERIADO
LANCHE Semana 25/03 a 29/03	Macarrão caseiro com Carne Moída em Molho e Salada de Alface	BISCOITO SALGADO IOGURTE E BANANA	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Alface	Biscoito amanteigado de chocolate e Suco de uva	FERIADO