



**MUNICÍPIO DE NOVA
ESPERANÇA DO SUDOESTE**
Estado do Paraná



Agosto 2025

Cardápio Alimentação Escolar – CMEI Sementes de Esperança

<u>DIA</u>	<u>Café 8h</u>	<u>Lanche 9h</u>	<u>Almoço 10h40</u>		<u>Lanche 14h</u>		<u>Jantar 16h</u>	
<u>04/08/2025</u>	Pão com margarina Chá de erva doce	Manga	Arroz, Feijão carioca, purê de batata, carne bovina com legumes Alface		Melancia Biscoito		Risoto de frango com legumes	
<u>05/08/2025</u>	Cuca Café com leite	Banana	Arroz, feijão preto, macarrão com carne moída Repolho		Salada de fruta Biscoito		Polenta com carne moída	
<u>06/08/2025</u>	Pão com doce de fruta Chá de camomila	Mamão	Arroz, feijão preto, purê de mandioca, frango em molho Beterraba cozida		Laranja Biscoito		Carreteiro	
<u>07/08/2025</u>	Pão com queijo Café com leite	Morango	Arroz, feijão preto, polenta, carne suína Tomate		Iogurte Biscoito		Sopa de frango com macarrão letrinha e legumes	
<u>08/08/2025</u>	Pão com doce de leite Chá de camomila	Banana	Arroz, feijão preto, carne picada com legumes, farofa Cenoura cozida		Mamão Biscoito		Sopa de feijão com macarrão e legumes	
<u>Média semanal</u>	KCAL 809	CHO 123g – 61%	PTN 29g – 14%	LIP 23g – 25%	VIT A (mcg) 224	VIT C (mg) 38,7	CÁLCIO (mg) 346	FERRO(mg) 4,7

Fonte: PLAN PNAE.

Obs: As preparações devem ser amassadas/batidas para ajustar a consistência de acordo com a necessidade de cada aluno.

Nutricionista Luana Lopes
CRN 8 - 16539



**MUNICÍPIO DE NOVA
ESPERANÇA DO SUDOESTE**
Estado do Paraná



Cardápio Alimentação Escolar – CMEI Sementes de Esperança

<u>DIA</u>	<u>Café 8h</u>	<u>Lanche 9h</u>	<u>Almoço 10h40</u>		<u>Lanche 14h</u>		<u>Jantar 16h</u>	
<u>11/08/2025</u>	Pão com margarina Chá de erva doce	Banana	Arroz, feijão preto, macarrão, carne moída Tomate		Sagu com leite		Sopa de feijão com macarrão caseiro e legumes	
<u>12/08/2025</u>	Pão com margarina Café com leite	Morango	Arroz, feijão preto, purê de batata, carne suína Alface		Maçã Biscoito		Polenta com carne moída	
<u>13/08/2025</u>	Pão com doce de fruta Chá de camomila	Salada de frutas	Arroz, feijão carioca, purê de mandioca, frango em molho Brócolis		Pão com queijo Suco natural		Macarrão com carne moída	
<u>14/08/2025</u>	Cuca Café com leite	Iogurte	Arroz, feijão preto, legumes refogados, carne bovina desfiada Repolho picado		Bolo simples Banana		Sopa de frango com macarrão letrinha e legumes	
<u>15/08/2025</u>	Pão com doce de leite Chá de camomila	Maçã	Arroz, feijão preto, polenta, carne moída Cenoura cozida		Laranja Biscoito		Risoto de frango com legumes	
<u>Média semanal</u>	KCAL 831	CHO 133g – 64%	PTN 28g – 136%	LIP 21g – 23%	VIT A (mcg) 252,9	VIT C (mg) 35,3	CÁLCIO (mg) 349	FERRO(mg) 4,6

Fonte: PLAN PNAE.

Obs: As preparações devem ser amassadas/batidas para ajustar a consistência de acordo com a necessidade de cada aluno.

Nutricionista Luana Lopes
CRN 8 - 16539



**MUNICÍPIO DE NOVA
ESPERANÇA DO SUDOESTE**
Estado do Paraná



Cardápio Alimentação Escolar – CMEI Sementes de Esperança

DIA	Café 8h	Lanche 9h	Almoço 10h40		Lanche 14h		Jantar 16h	
18/08/2025	Pão com margarina Café com leite	Maçã	Arroz, feijão carioca, quirerinha, carne picada com molho de legumes Alface		Ponkan Biscoito		Carreteiro com legumes	
19/08/2025	Cuca Chá de erva doce	Banana	Arroz, feijão preto, macarrão com carne moída Repolho		Salada de fruta Biscoito		Polenta com carne moída	
20/08/2025	Pão com doce de fruta caseiro Chá de camomila	Manga	Arroz, feijão preto, purê de mandioca, frango em molho Beterraba cozida		Banana Biscoito		Risoto de frango com legumes Brócolis	
21/08/2025	Pão com margarina Café com leite	Maçã	Arroz, feijão preto, polenta, carne suína Tomate		Mamão Biscoito		Sopa de frango com macarrão letrinha e legumes	
22/08/2025	PLANEJAMENTO							
Média semanal	KCAL 785,8	CHO 118g – 60%	PTN 28g – 14%	LIP 23g – 26%	VIT A (mcg) 212	VIT C (mg) 19,5	CÁLCIO (mg) 294,7	FERRO(mg) 4,6

Fonte: PLAN PNAE.

Obs: As preparações devem ser amassadas/batidas para ajustar a consistência de acordo com a necessidade de cada aluno.

Nutricionista Luana Lopes

CRN 8 - 16539



**MUNICÍPIO DE NOVA
ESPERANÇA DO SUDOESTE**
Estado do Paraná



Cardápio Alimentação Escolar – CMEI Sementes de Esperança

<u>DIA</u>	<u>Café 8h</u>	<u>Lanche 9h</u>	<u>Almoço 10h40</u>		<u>Lanche 14h</u>		<u>Jantar 16h</u>	
<u>25/08/2025</u>	Pão com doce de fruta Café com leite	Banana	Arroz, feijão preto, macarrão, carne moída Tomate		Manga Biscoito		Sopa de feijão com macarrão caseiro e legumes	
<u>26/08/2025</u>	Pão com margarina Café com leite	logurte	Arroz, feijão preto, polenta, carne suína Repolho		Laranja Biscoito		Sopa de frango com macarrão letrinha e legumes	
<u>27/08/2025</u>	Pão com queijo Chá de erva doce	Mamão	Arroz, feijão carioca, abobrinha refogada, frango em molho Alface		Biscoito com suco natural		Macarrão com carne moída	
<u>28/08/2025</u>	Cuca Café com leite	logurte	Arroz, feijão preto, legumes refogados, carne bovina desfiada Repolho picado		Banana Biscoito		Sopa de frango com macarrão letrinha e legumes	
<u>29/08/2025</u>	Pão com doce de leite Chá de camomila	Maçã	Arroz, feijão preto, polenta, carne moída Cenoura cozida		Melancia Biscoito		Risoto de frango com legumes	
<u>Média semanal</u>	KCAL 831	CHO 133g – 64%	PTN 28g – 136%	LIP 21g – 23%	VIT A (mcg) 252,9	VIT C (mg) 35,3	CÁLCIO (mg) 349	FERRO(mg) 4,6

Fonte: PLAN PNAE.

Obs: As preparações devem ser amassadas/batidas para ajustar a consistência de acordo com a necessidade de cada aluno.

Nutricionista Luana Lopes
CRN 8 - 16539