



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



JUNHO 2026

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>01/06/2026</u>	Pão com manteiga Café com leite	Maçã	Arroz, feijão preto, legumes refogados, carne moída Tomate		Bolacha caseira Banana		Sopa de feijão com macarrão caseiro e legumes	
<u>02/06/2026</u>	Pão com ovo mexido Chá de camomila	Banana	Arroz, feijão carioca, purê de batata, carne suína Brócolis		Bolacha caseira Bergamota		Polenta com carne moída	
<u>03/06/2026</u>	Pão com geleia caseira Chá de erva doce	Kiwi	Arroz, feijão preto, purê de abóbora, Ovo cozido Beterraba cozida		Canjica cremosa		Risoto de frango com legumes	
<u>04/06/2026</u>	FERIADO							
<u>05/06/2026</u>	RECESSO							
<u>Média semanal</u>	KCAL 842	CHO 131g – 62%	PTN 29g – 14%	LIP 23g – 24%	VIT A (mcg) 855	VIT C (mg) 32	CÁLCIO (mg) 340	FERRO(mg) 4,7

Obs: A evolução na consistência da alimentação deve ser gradativa (raspado → amassado → picado → pedaços inteiros) de acordo com a evolução de cada aluno.

*Para alérgicos e intolerantes serão servidas opções especiais equivalentes de acordo com a necessidade.



**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	
08/06/2026	Pão com manteiga Café com leite	Manga	Arroz, feijão carioca, purê de batata, carne picada com legumes Alface		Bolacha caseira Mamão		Polenta com carne moída	
09/06/2026	Pão com ovo mexido Chá de erva doce	Banana	Arroz, feijão preto, macarrão com carne moída Repolho		Salada de fruta Bolacha caseira		Sopa de frango com macarrão letrinha e legumes	
10/06/2026	Pão com geleia caseira Café com leite	Mamão	Arroz, feijão carioca, purê de mandioca, frango em molho Beterraba cozida		Ameixa roxa Bolacha caseira		Carreteiro	
11/06/2026	Pão com manteiga Chá de camomila	Ponkan	Arroz, feijão preto, abóbora refogada, carne suína Tomate		Leite batido com morango Bolacha caseira		Risoto de frango com legumes	
12/06/2026	Pão com manteiga Café com leite	Banana	Arroz, lentilha, batata doce, coxa e sobrecoxa Cenoura cozida		Maçã Bolo de fubá Chá de erva doce		Sopa de feijão com macarrão e legumes	
Média semanal	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

Obs: A evolução na consistência da alimentação deve ser gradativa (raspado → amassado → picado → pedaços inteiros) de acordo com a evolução de cada aluno.

*Para alérgicos e intolerantes serão servidas opções especiais equivalentes de acordo com a necessidade.



**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>15/06/2026</u>	Pão com manteiga Café com leite	Banana	Arroz, lentilha, batata doce, carne moída Tomate		Maçã Bolacha caseira		Sopa de feijão com macarrão caseiro e legumes	
<u>16/06/2026</u>	Pão com geleia caseira Café com leite	Morango	Arroz, feijão preto, purê de batata, carne suína Brócolis		Sagu com leite		Polenta com carne moída	
<u>17/06/2026</u>	Pão com ovo mexido Chá de camomila	Mamão	Arroz, feijão carioca, mandioca, frango em molho Abóbora cozida		Kiwi Bolacha caseira		Macarrão com carne moída	
<u>18/06/2026</u>	Pão com manteiga Café com leite	Manga	Arroz, feijão preto, legumes refogados, carne bovina desfiada Repolho picado		Banana Bolacha caseira		Torta de pão com frango e legumes	
<u>19/06/2026</u>	Pão com manteiga Chá de erva doce	Maçã	Arroz, feijão preto, polenta, carne moída Cenoura cozida		Bolo de laranja Chá de erva doce		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

Obs: A evolução na consistência da alimentação deve ser gradativa (raspado → amassado → picado → pedaços inteiros) de acordo com a evolução de cada aluno.

*Para alérgicos e intolerantes serão servidas opções especiais equivalentes de acordo com a necessidade.



**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>22/06/2026</u>	Pão com manteiga Café com leite	Maçã	Arroz, feijão carioca, purê de batata, carne picada com molho de legumes Alface		Laranja Bolacha caseira		Sopa de feijão com macarrão e legumes	
<u>23/06/2026</u>	Pão com manteiga Café com leite	Mamão	Arroz, feijão preto, macarrão com carne moída Repolho		Canjica cremosa		Polenta com carne moída	
<u>24/06/2026</u>	Pão com geleia caseira Chá de erva doce	Manga	Arroz, feijão preto, purê de mandioca, frango em molho Beterraba cozida		Banana Bolacha caseira		Carreteiro	
<u>25/06/2026</u>	Pão com manteiga Chá de camomila	Mamão	Arroz, feijão preto, polenta, carne suína Tomate		Bergamota Bolacha caseira		Sopa de frango com macarrão letrinha e legumes	
<u>26/06/2026</u>	Pão com geleia caseira Café com leite	Banana	Arroz, Feijão carioca, purê de abóbora, ovo mexido Cenoura cozida		Bolo de cenoura Chá de camomila		Risoto de frango com legumes	
<u>Média semanal</u>	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

Obs: A evolução na consistência da alimentação deve ser gradativa (raspado → amassado → picado → pedaços inteiros) de acordo com a evolução de cada aluno.

*Para alérgicos e intolerantes serão servidas opções especiais equivalentes de acordo com a necessidade.

Nutricionista Luana Carolina Portela Lopes

CRN 8 16539