



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



Setembro 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>31/08/2026</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>01/09/2026</u>	Pão com geleia caseira Café com leite	Bergamota	Arroz, feijão preto, purê de batata, carne suína Brócolis		Salada de fruta Bolacha caseira		Polenta com carne moída	
<u>02/09/2026</u>	Pão com ovo mexido Chá de camomila	Mamão	Arroz, feijão carioca, mandioca, frango em molho Alface		Laranja Bolacha caseira		Macarrão com carne moída	
<u>03/09/2026</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>04/09/2026</u>	Pão com manteiga Chá de erva doce	Maçã	Arroz, feijão preto, polenta, carne moída Cenoura cozida		Bolo de banana Chá de erva doce		Risoto de frango com legumes	
<u>Média semanal</u>	KCAL 856	CHO 131g – 61%	PTN 29g – 14%	LIP 24g – 25%	VIT A (mcg) 355,1	VIT C (mg) 38,7	CÁLCIO (mg) 346	FERRO(mg) 4,9

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



**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	
07/09/2026	FERIADO							
08/09/2026	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	
09/09/2026	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 e legumes	
10/09/2026	Pão com geleia caseira Café com leite	Mamão	Arroz, feijão carioca, purê de mandioca, frango em molho Beterraba cozida		Kiwi Bolacha caseira		Quirerinha com carne suína e alface	
11/09/2026	Pão com manteiga Chá de camomila	Bergamota	Arroz, feijão preto, abóbora refogada, carne suína Tomate		Leite batido com morango Bolacha caseira		Risoto de frango com legumes	
Média semanal	KCAL 811	CHO 121g – 61%	PTN 30g – 15%	LIP 23g – 24%	VIT A (mcg) 212,9	VIT C (mg) 35,3	CÁLCIO (mg) 327,8	FERRO(mg) 4,4

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

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>14/09/2026</u>	Pão com manteiga Café com leite	Maçã	Arroz, feijão carioca, purê de batata, carne moída com molho de legumes Alface		Melancia Bolacha caseira		Sopa de feijão com macarrão e legumes	
<u>15/09/2026</u>	Pão com manteiga Café com leite	Mamão	Arroz, feijão preto, macarrão com carne moída Repolho		Canjica cremosa		Polenta com carne moída	
<u>16/09/2026</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 com legumes Alface	
<u>17/09/2026</u>	Pão com manteiga Chá de camomila	Mamão	Arroz, feijão preto, polenta, carne suína Tomate		Bergamota Bolacha caseira		Sopa de frango com macarrão e legumes	
<u>18/09/2026</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 809	CHO 118g – 60%	PTN 28g – 14%	LIP 25g – 26%	VIT A (mcg) 264,1	VIT C (mg) 28,9	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



**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>21/09/2026</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>22/09/2026</u>	Pão com geleia caseira Café com leite	Morango	Arroz, feijão preto, purê de batata, carne suína Brócolis		Arroz doce		Polenta com carne moída	
<u>23/09/2026</u>	Pão com ovo mexido Chá de camomila	Mamão	Arroz, feijão carioca, mandioca, frango em molho Pepino		Kiwi Bolacha caseira		Macarrão com carne moída	
<u>24/09/2026</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>25/09/2026</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 805	CHO 126g – 63%	PTN 28g – 15%	LIP 21g – 22%	VIT A (mcg) 252,9	VIT C (mg) 35,3	CÁLCIO (mg) 349	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.

Nutricionista Luana Carolina Portela Lopes
CRN 8 - 16539