

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

Município de Coronel Domingos Soares, Paraná

Modalidade: Fundamental I (6 - 10 anos)

Zona: Rural

Período: Parcial

Nutricionista
Indianara Galvan
CRN812979

OBSERVAÇÕES: O Lanche da manhã deve ser repetido a tarde/ sujeito a alterações quando necessário

REFEIÇÕES	SEGUNDA09/02/2026	TERÇA10/02/2026	QUARTA11/02/2026	QUINTA12/02/2026	SEXTA13/02/2026
Lanche da manhã I 9h30	Leite achocolatado - 1 copo duplo Pão integral com queijo minas - 1 fatia Banana (ouro prata d'água da terra etc.) - 1 unidade média	Vitamina de banana - 1 copo duplo Biscoito doce - 1 unidade média	Chá mate infusão 5% - 15 g Bolo de cenoura - 1 fatia grande Mamão - 1 fatia média	logurte de qualquer sabor - 120 g Pão com manteiga - 50 g Fruta (não especificada) - 1 unidade média	Pão francês branco - 1 unidade média Patê de Frango Fruta (não especificada) - 1 unidade média
Almoço 12h30	Arroz parboilizado cozido - 1 colher de arroz cheia Feijão preto cozido - 65 g Frango em pedaços - Ensopado - 1 porção média Salada ou verdura crua exceto de fruta - 100 g Laranja (pera seleta lima da terra etc.) - 47 g	Arroz parboilizado cozido - 1 colher de arroz cheia Feijão preto cozido - 65 g Carne moída - 1 colher de arroz cheia Batata-inglesa - Molho vermelho - 1 colher de arroz cheia Salada de repolho e cenoura - 1 colher de sopa cheia Maçã - 1 unidade média	Arroz parboilizado cozido - 1 colher de arroz cheia Feijão preto cozido - 65 g Omelete com legumes [abobrinha, tomate e berinjela] - 1 concha média Farofa de Couve- Manteiga - 1 colher de sopa Fruta (não especificada) - 1 unidade média	Risoto nutritivo de frango (frango, tomate, cenoura, vagem) - 120 g Salada de repolho e cenoura - 1 colher de sopa cheia Banana (ouro prata d'água da terra etc.) - 1 unidade média	Mandioca Cozida - 1 colher de sopa rasa Carne suína - Grelhado(a)/brasa/churrasco - 1 fatia média Salada ou verdura crua exceto de fruta - 30 g Fruta (não especificada) - 1 unidade média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 531,37 kcal = 2.223,27 kj	Proteína 19,63 g (14,4% VET)	Lipídios 16,42 g (27,0% VET)	Carboidratos 80,17 g (58,6% VET)	Fibra alimentar 10,03 g
Cálcio 201,64 mg	Ferro 2,65 mg	Retinol (Vitamina A) 88,06 mcg	Vitamina C 42,86 mg	Custo R\$ 0,82

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

Município de Coronel Domingos Soares, Paraná

Modalidade: Fundamental I (6 - 10 anos)

Zona: Rural

Período: Parcial

Nutricionista
Indianara Galvan
CRN812979

OBSERVAÇÕES: O Lanche da manhã deve ser repetido a tarde/ sujeito a alterações quando necessário

REFEIÇÕES	SEGUNDA16/02/2026	TERÇA17/02/2026	QUARTA18/02/2026	QUINTA19/02/2026	SEXTA20/02/2026
Lanche da manhã I 9h30	Pão com ovo - 1 unidade Café com leite - 1 xícara de chá cheia Maçã - 1 unidade média	Vitamina de mamão - 200 g Pão de queijo - 50 g	Bolo de cenoura - 1 fatia grande Chá mate infusão 5% - 15 g Fruta (não especificada) - 1 unidade média	Pão fatiado com geléia de fruta [sem açúcar] - 1 colher de sopa rasa (em tiras) Leite aromatizado - 150 g Mamão - 1 fatia média	logurte de qualquer sabor - 120 g Bolo de chocolate - 1 fatia pequena Fruta (não especificada) - 1 unidade média
Almoço 12h30	Arroz parboilizado cozido - 1 colher de arroz cheia Feijão preto cozido - 65 g Farofa de Couve- Manteiga - 1 caneca Frango em pedaços - Cozido(a) - 1 porção média	Arroz parboilizado cozido - 1 colher de arroz cheia Feijão preto cozido - 65 g Carne bovina - Molho vermelho - 1 unidade média Macarrão - 1 colher de arroz rasa salada de Alface e tomate - 30 g	Risoto nutritivo de frango (frango, tomate, cenoura, vagem) - 100 g Salada de repolho e cenoura - 1 colher de sopa cheia Fruta (não especificada) - 1 unidade média	Arroz parboilizado cozido - 1 colher de arroz cheia Feijão preto cozido - 65 g Frango com batata inhame batata-baroa ou aipim - 80 g Salada de tomate com cenoura - 40 g	Carne suína - Grelhado(a)/brasa/churrasco - 1 fatia média Quirera não especificada - 89 g Salada de repolho e cenoura - 1 colher de sopa cheia Feijão preto cozido - 65 g Fruta (não especificada) - 1 unidade média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 561,28 kcal = 2.348,39 kj	Proteína 25,53 g (17,9% VET)	Lipídios 20,97 g (33,0% VET)	Carboidratos 70,13 g (49,1% VET)	Fibra alimentar 9,52 g
Cálcio 184,43 mg	Ferro 2,96 mg	Retinol (Vitamina A) 99,86 mcg	Vitamina C 36,12 mg	Custo R\$ 0,56

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

Município de Coronel Domingos Soares, Paraná

Modalidade: Fundamental I (6 – 10 anos)

Zona: Rural

Período: Parcial

Nutricionista
Indianara Galvan
CRN812979

OBSERVAÇÕES: O Lanche da manhã deve ser repetido a tarde/ sujeito a alterações quando necessário

REFEIÇÕES	SEGUNDA23/02/2026	TERÇA24/02/2026	QUARTA25/02/2026	QUINTA26/02/2026	SEXTA27/02/2026
Lanche da manhã I 9h30	Pão com manteiga - 200 g Vitamina de Banana com Aveia - 1 copo pequeno	Café com leite - 1 xícara de chá cheia Bolo de cenoura - 1 fatia média Fruta (não especificada) - 1 unidade média	Tortas salgadas de qualquer sabor - 50 g Suco de laranja com cenoura	Pão de queijo assado - 50 g Vitamina de Banana com Aveia - 1 copo pequeno	Patê de Frango Pão francês branco - 1 unidade média Fruta (não especificada) - 1 unidade média
Almoço 12h30	Arroz parboilizado cozido - 1 colher de arroz cheia Feijão preto cozido - 65 g Ovos Mexidos - 1 colher de sopa cheia Farofa de Couve- Manteiga - 1 colher de sopa salada de Alface e tomate - 30 g Fruta (não especificada) - 1 unidade média	Arroz parboilizado cozido - 1 colher de arroz cheia Feijão preto cozido - 65 g Frango assado com batata doce - 0,5 unidade média Salada de alface e couve-flor - 1 colher de sopa cheia Fruta (não especificada) - 1 unidade média	Vaca atolada com carne e aipim - 100 g Salada de alface, couve-flor e cenoura - 1 colher de sopa cheia Fruta (não especificada) - 1 unidade média	Arroz parboilizado cozido - 1 colher de arroz cheia Feijão preto cozido - 65 g Macarrão com Carne Moída [bolonhesa] - 1 escumadeira média cheia Salada de repolho e tomate - 1 colher de sopa cheia	Risoto nutritivo de frango (frango, tomate, cenoura, vagem) - 120 g Salada de repolho e cenoura - 1 colher de sopa cheia Fruta (não especificada) - 1 unidade média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 512,47 kcal = 2.144,16 kj	Proteína 12,52 g (9,5% VET)	Lipídios 16,58 g (28,5% VET)	Carboidratos 81,29 g (62,0% VET)	Fibra alimentar 8,39 g
Cálcio 148,55 mg	Ferro 2,43 mg	Retinol (Vitamina A) 92,94 mcg	Vitamina C 15,40 mg	Custo R\$ 1,88

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

Município de Coronel Domingos Soares, Paraná

Modalidade: Fundamental I (6 - 10 anos)

Zona: Rural

Período: Parcial

Nutricionista

Indianara Galvan

CRN812979

OBSERVAÇÕES: O Lanche da manhã deve ser repetido a tarde/ sujeito a alterações quando necessário

REFEIÇÕES	SEGUNDA02/03/2026	TERÇA03/03/2026	QUARTA04/03/2026	QUINTA05/03/2026	SEXTA06/03/2026
Lanche da manhã I 9h30	Pão com ovo - 1 unidade Chá mate infusão 5% - 15 g Fruta (não especificada) - 1 unidade média	Vitamina de banana com aveia - 200 g Pão integral com queijo minas - 1 fatia	Tortas salgadas de qualquer sabor - 50 g Suco - 1 copo duplo	Bolo de cenoura - 1 fatia média Café com leite - 1 xícara de chá cheia Fruta (não especificada) - 1 unidade média	logurte de qualquer sabor - 1 copo duplo Salada de frutas - 1 copo duplo cheio Biscoito doce - 1 unidade média
Almoço 12h30	Arroz parboilizado cozido - 1 colher de arroz cheia Feijão preto cozido - 65 g Carne de galinha - Ensopado - 1 porção média Macarrão - 1 escumadeira média rasa salada de Alface e tomate - 30 g	Arroz parboilizado cozido - 1 colher de arroz cheia Feijão preto cozido - 65 g Vaca atolada com carne e aipim - 60 g salada de Alface e tomate - 30 g	Arroz parboilizado cozido - 1 colher de arroz cheia Feijão preto cozido - 65 g Omelete - 60 g Purê de batata - 1 colher de sopa cheia salada de Alface e tomate - 30 g Fruta (não especificada) - 1 unidade média	Macarrão - Molho vermelho - 1 colher de arroz cheia Feijão preto cozido - 65 g Frango ensopado - 0,5 pedaço médio salada de Alface e tomate - 30 g	Quirera não especificada - 89 g Feijão preto cozido - 65 g Carne suína - Refogado(a) - 1 fatia média Salada de repolho e cenoura - 1 colher de sopa cheia Fruta (não especificada) - 1 unidade média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 600,77 kcal = 2.513,61 kj	Proteína 24,80 g (16,2% VET)	Lipídios 21,48 g (31,5% VET)	Carboidratos 80,12 g (52,3% VET)	Fibra alimentar 11,50 g
Cálcio 208,71 mg	Ferro 3,36 mg	Retinol (Vitamina A) 111,06 mcg	Vitamina C 39,27 mg	Custo R\$ 1,19