

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO – MORRETES-PR
CARDÁPIO PARA A CRECHE – BERÇÁRIO E MATERNAL 1
JULHO 2026



REFEIÇÃO/DIA			QUARTA-FEIRA DIA 01	QUINTA-FEIRA DIA 02	SEXTA-FEIRA DIA 03	MÉDIA SEMANAL
LANCHE DA MANHÃ/TARDE			MAMÃO PICADO	MAÇÃ RASPADA	MANGA PICADA	ENERGIA: 132,83KCAL PTNA(g): 5G LIPÍDEOS(g): 1G CARBOIDRATOS(g): 26G SÓDIO (mg): 20,21MG
ALMOÇO/JANTAR			MACARRÃO COM FRANGO SALADA: CENOURA COZIDA PICADA	RISOTO DE CARNE	SOPA DE FRANGO COM LEGUMES	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 06	DIA 07	DIA 08	DIA 09	DIA 10	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	MANGA PICADA	MAÇÃ RASPADINHA	BANANA PICADA	MAMÃO PICADO	MORANGO PICADO	ENERGIA: 185,98KCAL PTNA(g): 6G LIPÍDEOS(g): 1G CARBOIDRATOS(g): 39G SÓDIO (mg): 18,07MG
ALMOÇO/JANTAR	SOPA DE FEIJÃO	SOPA DE LEGUMES	CALDO DE AIPIM COM CARNE	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	RISOTO DE FRANGO	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE						ENERGIA: PTNA(g): LIPÍDEOS(g): CARBOIDRATOS(g): SÓDIO (mg):
ALMOÇO/JANTAR						
REFEIÇÃO/DIA	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE			BANANA PICADA	MAÇÃ AMASSADA	MANGA PICADA	ENERGIA: 184,28KCAL PTNA(g): 7G LIPÍDEOS(g): 2G CARBOIDRATOS(g): 35G SÓDIO (mg): 37,70MG
ALMOÇO/JANTAR			SOPA DE FEIJÃO	PURÊ DE BATATA COM CARNE MOÍDA	MACARRÃO COM FRANGO SALADA: REPOLHO REFOGADO PICADO	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	BANANA COM CACAU AMASSADO	MORANGO PICADO	BANANA COM AVEIA AMASSADA	MAMÃO PICADO	MORANGO PICADO	ENERGIA: 269,47KCAL PTNA(g): 10G LIPÍDEOS(g): 3G CARBOIDRATOS(g): 51G SÓDIO (mg): 33,43MG
ALMOÇO/JANTAR	SOPA DE LEGUMES	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES	CANJA DE GALINHA	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA REPOLHO REFOGADO PICADO	RISOTO DE CARNE	



Documento assinado digitalmente
LAIZ BAIK DA SILVA
 Data: 24/06/2026 14:13:45-0300
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Laiz Baiak da Silva
 Nutricionista RT
 CRN8 7223



Documento assinado digitalmente
ELIZABETH ALVES COSTA
 Data: 24/06/2026 13:12:56-0300
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Elizabeth Alves Costa
 Nutricionista QT
 CRN8 14606

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO – MORRETES-PR
CARDÁPIO PARA DIETAS ESPECIAIS - CELÍACO
JULHO 2026



REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA DIA 01	QUINTA-FEIRA DIA 02	SEXTA-FEIRA DIA 03	MÉDIA SEMANAL
LANCHE DA MANHÃ/TARDE			MINGAU AVEIA COM CHOCOLATE E BISCOITO DOCE (ZERO GLUTEN)	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO DOCE (ZERO GLUTEN)	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO (ZERO GLUTEN)	ENERGIA: 269,75KCAL PTNA(g): 8G LIPÍDEOS(g):8G CARBOIDRATOS(g): 43G SÓDIO (mg): 161,91MG
ALMOÇO/JANTAR			MACARRÃO COM FRANGO SALADA: CENOURA FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO SALADA: ACELGA	QUIRERINHA COM FRANGO SALADA: VAGEM FRUTA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 06	DIA 07	DIA 08	DIA 09	DIA 10	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO (ZERO GLUTEN)	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO DOCE (ZERO GLUTEN)	CHÁ BISCOITO DOCE (ZERO GLUTEN)	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO DOCE (ZERO GLUTEN)	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO (ZERO GLUTEN)	ENERGIA: 400,11 KCAL PTNA(g):13G LIPÍDEOS(g): 11G CARBOIDRATOS(g):64G SÓDIO (mg):206,23MG
ALMOÇO/JANTAR	SOPA DE FEIJÃO (ZERO GLUTEN) FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, PEIXE ASSADO COM LEGUMES SALADA: CENOURA	CALDO DE AIPIM COM CARNE FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ASSADO COM BATATA SALADA: ACELGA	RISOTO DE FRANGO FRUTA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE						ENERGIA: PTNA(g): LIPÍDEOS(g): CARBOIDRATOS(g): SÓDIO (mg):
ALMOÇO/JANTAR						
REFEIÇÃO/DIA	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE			MINGAU DE CHOCOLATE COM COCO (sem adição de açúcar) BISCOITO DOCE (ZERO GLUTEN)	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO DOCE (ZERO GLUTEN)	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO DOCE (ZERO GLUTEN)	ENERGIA: 267,00KCAL PTNA(g): 7G LIPÍDEOS(g): 8G CARBOIDRATOS(g): 43G SÓDIO (mg): 154,12MG
ALMOÇO/JANTAR			SOPA DE LEGUMES (ZERO GLUTEN)	ARROZ, FEIJÃO, QUIBE ASSADO SALADA: PEPINO	MACARRÃO COM FRANGO SALADA: CENOURA FRUTA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO (ZERO GLUTEN)	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO DOCE (ZERO GLUTEN)	VITAMINA DE MORANGO (sem adição de açúcar) BISCOITO DOCE (ZERO GLUTEN)	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO DOCE (ZERO GLUTEN)	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO (ZERO GLUTEN)	ENERGIA: 620,86KCAL PTNA(g): 22G LIPÍDEOS(g): 16G CARBOIDRATOS(g): 97G SÓDIO (mg): 378,14MG
ALMOÇO/JANTAR	SOPA DE FEIJÃO (ZERO GLUTEN) FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM LEGUMES SALADA: VAGEM	CANJA DE GALINHA FRUTA	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA (ZERO GLUTEN) SALADA: COUVE	RISOTO DE CARNE FRUTA	

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO – MORRETES-PR
CARDÁPIO PARA DIETAS ESPECIAIS - CELÍACO
JULHO 2026



Laiz Baiak da Silva
Nutricionista RT
CRN8 7223

Elizabeth Alves Costa
Nutricionista QT
CRN8 14606

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO – MORRETES-PR
CARDÁPIO PARA ESCOLAS – JULHO 2026



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL
		DIA 01 CANJICA BOLACHA SALGADA	DIA 02 ARROZ, FEIJÃO, FAROFA DE MILHO COM CARNE SUÍNA SALADA: ACELGA FRUTA	DIA 03 CANJA DE GALINHA	ENERGIA: 346,75KCAL PTNA(g): 11G LIPÍDEOS(g): 10G CARBOIDRATOS(g): 54G SÓDIO (mg): 117,36MG
DIA 06 SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES	DIA 07 ARROZ, FEIJÃO, PEIXE ASSADO COM LEGUMES SALADA: CENOURA FRUTA	DIA 08 BOLO DE MILHO CHÁ	DIA 09 ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ASSADO COM BATATA SALADA: ACELGA FRUTA	DIA 10 MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SALADA: CENOURA	ENERGIA: 522,80KCAL PTNA(g): 18G LIPÍDEOS(g): 15G CARBOIDRATOS(g): 80G SÓDIO (mg): 76,57MG
DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17	ENERGIA: PTNA(g): LIPÍDEOS(g): CARBOIDRATOS(g): SÓDIO (mg):
DIA 20	DIA 21	DIA 22 MINGAU DE AVEIA COM COCO BOLACHA DOCE	DIA 23 ARROZ, FEIJÃO, PEIXE ENSOPADO SALADA: PEPINO FRUTA	DIA 24 QUIRERA COM CARNE MOÍDA SALADA: CENOURA	ENERGIA: 313,76KCAL PTNA(g): 10G LIPÍDEOS(g): 10G CARBOIDRATOS(g): 48G SÓDIO (mg): 102,39MG
DIA 27 SOPA DE LEGUMES	DIA 28 ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM LEGUMES SALADA: VAGEM FRUTA	DIA 29 CHOCOLATE QUENTE BOLACHA SALGADA	DIA 30 MACARRÃO COM FRANGO SALADA: COUVE FRUTA	DIA 31 RISOTO DE CARNE	ENERGIA: 427,82KCAL PTNA(g): 16G LIPÍDEOS(g): 11G CARBOIDRATOS(g): 68G SÓDIO (mg): 149,90MG

Documento assinado digitalmente
 **ELIZABETH ALVES COSTA**
 Data: 24/06/2026 13:15:06-0300
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Laiz Baiak da Silva
 Nutricionista RT
 CRN8 7223

Elizabeth Alves Costa
 Nutricionista QT
 CRN8 14606

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO – MORRETES-PR
CARDÁPIO PARA JORNADA AMPLIADA (ALMOÇO) – JULHO 2026**



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL
		DIA 01	DIA 02	DIA 03	
		ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM LEGUMES SALADA: COUVE	MACARRÃO COM FRANGO SALADA: CENOURA	ARROZ, FEIJÃO, PEIXE ASSADO SALADA: ACELGA SUCO DE FRUTA	ENERGIA: 313,46KCAL PTNA(g): 11G LIPÍDEOS(g): 11G CARBOIDRATOS(g): 43G SÓDIO (mg): 47,96MG
DIA 06	DIA 07	DIA 08	DIA 09	DIA 10	
ARROZ, FEIJÃO E OVOS MEXIDOS SALADA: CENOURA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM LEGUMES SALADA: ACELGA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA AO MOLHO SALADA: CENOURA	RISOTO DE CARNE	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA DE MILHO COM CARNE SUÍNA SALADA: COUVE SUCO DE FRUTA	ENERGIA: 572,46KCAL PTNA(g): 19G LIPÍDEOS(g): 20G CARBOIDRATOS(g): 76G SÓDIO (mg): 79,54MG
DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17	
					ENERGIA: PTNA(g): LIPÍDEOS(g): CARBOIDRATOS(g): SÓDIO (mg):
DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24	
		ARROZ, FEIJÃO, FAROFA DE OVO SALADA: VAGEM	MACARRÃO COM FRANGO SALADA: CENOURA	SOPA DE FEIJÃO SUCO DE FRUTA	ENERGIA: 323,30KCAL PTNA(g): 10G LIPÍDEOS(g): 7G CARBOIDRATOS(g): 53G SÓDIO (mg): 28,06MG
DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31	
ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS SALADA: COUVE	MACARRÃO COM CARNE SUÍNA SALADA: CENOURA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ASSADO SALADA: VAGEM	POLENTA COM CARNE MOÍDA SALADA: REPOLHO	ARROZ, FEIJÃO, ISCA DE CARNE COM LEGUMES REFOGADO SALADA: CENOURA SUCO DE FRUTA	ENERGIA: 515,25KCAL PTNA(g): 19G LIPÍDEOS(g): 16G CARBOIDRATOS(g): 71G SÓDIO (mg): 82,68MG

Documento assinado digitalmente



ELIZABETH ALVES COSTA
Data: 24/06/2026 13:17:45-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Laiz Baiak da Silva
Nutricionista RT
CRN8 7223

Elizabeth Alves Costa
Nutricionista QT
CRN8 14606

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO – MORRETES-PR
CARDÁPIO PARA A CRECHE – MATERNAL II, III, infantil 4
JULHO 2026



REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA DIA 01	QUINTA-FEIRA DIA 02	SEXTA-FEIRA DIA 03	MÉDIA SEMANAL
LANCHE DA MANHÃ/TARDE			MINGAU AVEIA COM CHOCOLATE E BISCOITO SALGADO	CHÁ (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO	ENERGIA: 269,75KCAL PTNA(g): 8G LIPÍDEOS(g):8G
ALMOÇO/JANTAR			MACARRÃO COM FRANGO SALADA: CENOURA FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO SALADA: ACELGA	QUIRERINHA COM FRANGO SALADA: VAGEM FRUTA	CARBOIDRATOS(g): 43G SÓDIO (mg): 161,91MG
REFEIÇÃO/DIA	DIA 06	DIA 07	DIA 08	DIA 09	DIA 10	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	CHÁ (sem adição de açúcar) BOLO DE MILHO	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO DE POLVILHO	ENERGIA: 400,11 KCAL PTNA(g):13G LIPÍDEOS(g): 11G
ALMOÇO/JANTAR	SOPA DE FEIJÃO FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, PEIXE ASSADO COM LEGUMES SALADA: CENOURA	CALDO DE AIPIM COM CARNE FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM BATATA SALADA: ACELGA	RISOTO DE FRANGO FRUTA	CARBOIDRATOS(g):64G SÓDIO (mg):206,23MG
REFEIÇÃO/DIA	DIA 13	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE						ENERGIA: PTNA(g): LIPÍDEOS(g):
ALMOÇO/JANTAR						CARBOIDRATOS(g): SÓDIO (mg):
REFEIÇÃO/DIA	DIA 20	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE			MINGAU DE CHOCOLATE COM CÔCO (sem adição de açúcar) BISCOITO DE POLVILHO	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO SALGADO	ENERGIA: 267,00KCAL PTNA(g): 7G LIPÍDEOS(g): 8G
ALMOÇO/JANTAR			SOPA DE LEGUMES	ARROZ, FEIJÃO, QUIBE ASSADO SALADA: PEPINO	MACARRÃO COM FRANGO SALADA: CENOURA FRUTA	CARBOIDRATOS(g): 43G SÓDIO (mg): 154,12MG
REFEIÇÃO/DIA	DIA 27	DIA 28	DIA 29	DIA 30	DIA 31	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO	CHÁ (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	VITAMINA DE MORANGO (sem adição de açúcar) BISCOITO SALGADO	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	CHÁ (sem adição de açúcar) BOLO DE LARANJA	ENERGIA: 620,86KCAL PTNA(g): 22G LIPÍDEOS(g): 16G
ALMOÇO/JANTAR	SOPA DE FEIJÃO FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM LEGUMES SALADA: VAGEM	CANJA DE GALINHA FRUTA	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SALADA: COUVE	RISOTO DE CARNE FRUTA	CARBOIDRATOS(g): 97G SÓDIO (mg): 378,14MG

Documento assinado digitalmente
gov.br LAIZ BAIK DA SILVA
Data: 24/06/2026 14:13:45-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Laiz Baiak da Silva
Nutricionista RT
CRN8 7223

Documento assinado digitalmente
gov.br ELIZABETH ALVES COSTA
Data: 24/06/2026 13:12:56-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Elizabeth Alves Costa
Nutricionista QT
CRN8 14606