

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



REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA DIA 01	QUARTA-FEIRA DIA 02	QUINTA-FEIRA DIA 03	SEXTA-FEIRA DIA 04	MÉDIA SEMANAL
LANCHE DA MANHÃ/TARDE		CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	CHÁ (sem adição de açúcar) BOLO DE ABÓBORA COM COCO	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO	KCAL: 362,20KCAL PTNA: 13G LIP: 10G CHO: 58G SÓDIO: 214,47MG
ALMOÇO/JANTAR		SOPA DE LEGUMES	MACARRÃO COM FRANGO SALADA: ACELGA BANANA	POLENTA COM CARNE MOÍDA SALADA: TOMATE PICADA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO SALADA: ACELGA MAÇÃ	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 07	DIA 08	DIA 09	DIA 10	DIA 11	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	FERIADO	FERIADO	MINGAU DE BANANA COM CACAU EM PÓ	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO SALGADO	KCAL: 369,44KCAL PTNA: 13G LIP: 9G CHO: 61G SÓDIO: 161,91MG
ALMOÇO/JANTAR			SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES MAÇÃ	RISOTO DE FRANGO SALADA: ACELGA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM LEGUMES SALADA: CENOURA MELANCIA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	VITAMINA DE MAMÃO, BANANA E MAÇÃ (sem adição de açúcar) BISCOITO SALGADO	CHÁ (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO	KCAL: 567,87KCAL PTNA: 20G LIP: 17G CHO: 86G SÓDIO: 310,92MG
ALMOÇO/JANTAR	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO SALADA: CENOURA RALADA LARANJA	MACARRÃO COM ALMONDEGAS SALADA: ALFACE PICADA	POLENTA FRANGO AO MOLHO BANANA	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	RISOTO DE FRANGO SALADA: BETERRABA MANGA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24	DIA 25	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO SALGADO	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	MINGAU DE CHOCOLATE COM COCO RALADO	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO	KCAL: 555,37KCAL PTNA: 19G LIP: 15G CHO: 88G SÓDIO: 304,48MG
ALMOÇO/JANTAR	SOPA DE LEGUMES MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COZIDA COM BATATA SALADA: CHUCHU	QUIRERINHA COM CARNE MOÍDA SALADA: BETERRABA LARANJA	SOPA DE LEGUMES COM FRANGO	MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO SALADA: BRÓCOLIS BANANA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 28	DIA 29	DIA 30			
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 BANANA			KCAL: 394,82KCAL PTNA: 13G LIP: 10G CHO: 64G SÓDIO: 157,49MG
ALMOÇO/JANTAR	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES LARANJA	MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO SALADA: VAGEM	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM BROCOLIS SALADA: CENOURA RALADA			

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



REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA DIA 01	QUARTA-FEIRA DIA 02	QUINTA-FEIRA DIA 03	SEXTA-FEIRA DIA 04	MÉDIA SEMANAL
LANCHE DA MANHÃ/TARDE		MAÇÃ RASPADINHA	BANANA AMASSADA	MORANGO PICADO	MANGA PICADA	KCAL: 192,72KCAL LIP: 7G PTNA: 6G CHO: 29G SÓDIO: 28,18MG
ALMOÇO/JANTAR		SOPA DE LEGUMES	CALDINHO DE ABÓBORA COM CARNE MOIDA	POLENTA COM FRANGO SALADA: TOMATE PICADA	ARROZ, CALDINHO DE FEIJÃO, OVO MEXIDO SALADA: ACELGA COZIDA PICADA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 07	DIA 08	DIA 09	DIA 10	DIA 11	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	FERIADO	FERIADO	MAÇÃ RASPADINHA	BANANA AMASSADA COM AVEIA	MELANCIA PICADA	KCAL: 130,09KCAL LIP: 5G PTNA: 2G CHO: 24G SÓDIO: 18,18MG
ALMOÇO/JANTAR			SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES	RISOTO DE FRANGO	POLENTA COM CARNE MOÍDA E LEGUMES PICADINHO SALADA: CENOURA COZIDA PICADA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	LARANJA PICADA	MAÇÃ RASPADINHA	BANANA AMASSADA	MAMÃO PICADO	MANGA PICADA	KCAL: 216,87KCAL LIP: 9G PTNA: 5G CHO: 34G SÓDIO: 59,19MG
ALMOÇO/JANTAR	ARROZ, CALDINHO DE FEIJÃO, OVO MEXIDO SALADA: CENOURA COZIDA PICADA	QUIRERINHA COM CARNE DESFIADA SALADA: ALFACE PICADA	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES	SOPA DE LEGUMES	RISOTO DE CARNE SALADA: BETERRABA PICADA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24	DIA 25	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	MAÇÃ RASPADINHA	LARANJA PICADA	MORANGO PICADO	MANGA PICADA	BANANA AMASSADA COM CACAU	KCAL: 179,45KCAL LIP: 8G PTNA: 3G CHO: 30G SÓDIO: 22,46MG
ALMOÇO/JANTAR	SOPA DE LEGUMES	PURÊ DE BATATA COM CARNE COZIDA SALADA: CHUCHU PICADO	QUIRERINHA COM FRANGO DESFIADO SALADA: BETERRABA PICADA	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE E COUVE	CANJA DE GALINHA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 28	DIA 29	DIA 30			
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	LARANJA PICADA	MAÇÃ RASPADINHA	BANANA AMASSADA COM AVEIA			KCAL: 173,37KCAL LIP: 5G PTNA: 4G CHO: 29G SÓDIO: 20,37MG
ALMOÇO/JANTAR	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES	POLENTA COM FRANGO AO MOLHO SALADA: VAGEM PICADA	ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, OVO COZIDO PICADINHO SALADA: CENOURA COZIDA PICADA			

Documento assinado digitalmente
gov.br LAIZ BAIK DA SILVA
Data: 24/08/2026 13:04:34-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Laiz Baiak da Silva
Nutricionista RT
CRN8 7223

Documento assinado digitalmente
gov.br ELIZABETH ALVES COSTA
Data: 21/08/2026 15:43:57-0300
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
SETEMBRO 2026



REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA DIA 01	QUARTA-FEIRA DIA 02	QUINTA-FEIRA DIA 03	SEXTA-FEIRA DIA 04	MÉDIA SEMANAL
LANCHE DA MANHÃ/TARDE		CHOCOLATE QUENTE BISCOITO POLVILHO ZERO GLUTEN	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO ZERO GLUTEN	CHOCOLATE QUENTE BISCOITO POLVILHO ZERO GLUTEN	CHÁ BISCOITO ZERO GLUTEN	KCAL: 362,20KCAL PTNA: 13G LIP: 10G CHO:58G SÓDIO: 214,47MG
ALMOÇO/JANTAR		SOPA DE LEGUMES ZERO GLUTEN	MACARRÃO COM FRANGO ZERO GLUTEN SALADA: ACELGA BANANA	POLENTA COM CARNE MOÍDA SALADA: TOMATE PICADA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO SALADA: ACELGA MAÇÃ	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 07	DIA 08	DIA 09	DIA 10	DIA 11	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	FERIADO	FERIADO	BANANA COM CACAU EM PÓ	CHOCOLATE QUENTE BISCOITO POLVILHO ZERO GLUTEN	CHÁ BISCOITO ZERO GLUTEN	KCAL: 369,44KCAL PTNA: 13G LIP: 9G CHO: 61G SÓDIO: 161,91MG
ALMOÇO/JANTAR			SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES ZERO GLUTEN MAÇÃ	RISOTO DE FRANGO SALADA: ACELGA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM LEGUMES SALADA: CENOURA MELANCIA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	CHÁ BISCOITO POLVILHO ZERO GLUTEN	CHOCOLATE QUENTE BISCOITO ZERO GLUTEN	VITAMINA DE MAMÃO, BANANA E MAÇÃ BISCOITO POLVILHO ZERO GLUTEN	CHÁ BISCOITO ZERO GLUTEN	CHOCOLATE QUENTE BISCOITO POLVILHO ZERO GLUTEN	KCAL: 567,87KCAL PTNA: 20G LIP: 17G CHO: 86G SÓDIO: 310,92MG
ALMOÇO/JANTAR	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO SALADA: CENOURA RALADA LARANJA	MACARRÃO COM ALMONDEGAS ZERO GLUTEN SALADA: ALFACE PICADA	POLENTA FRANGO AO MOLHO BANANA	SOPA DE CARNE COM LEGUMES ZERO GLUTEN	RISOTO DE FRANGO SALADA: BETERRABA MANGA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24	DIA 25	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	CHÁ BISCOITO ZERO GLUTEN	CHOCOLATE QUENTE BISCOITO POLVILHO ZERO GLUTEN	CHÁ BISCOITO ZERO GLUTEN	CHOCOLATE QUENTE BISCOITO POLVILHO ZERO GLUTEN	CHÁ BISCOITO ZERO GLUTEN	KCAL: 555,37KCAL PTNA: 19G LIP: 15G CHO: 88G SÓDIO: 304,48MG
ALMOÇO/JANTAR	SOPA DE LEGUMES ZERO GLUTEN MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COZIDA COM BATATA SALADA: CHUCHU	QUIRERINHA COM CARNE MOÍDA SALADA: BETERRABA LARANJA	SOPA DE LEGUMES COM FRANGO ZERO GLUTEN	MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO ZERO GLUTEN SALADA: BRÓCOLIS BANANA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 28	DIA 29	DIA 30			
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	CHÁ BISCOITO POLVILHO ZERO GLUTEN	CHOCOLATE QUENTE BISCOITO ZERO GLUTEN	CHÁ BISCOITO POLVILHO ZERO GLUTEN			KCAL: 394,82KCAL PTNA: 13G LIP: 10G CHO: 64G SÓDIO: 157,49MG
ALMOÇO/JANTAR	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES ZERO GLUTEN LARANJA	MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO ZERO GLUTEN SALADA: VAGEM	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM BROCOLIS SALADA: CENOURA RALADA			

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO – MORRETES-PR
CARDÁPIO PARA ALUNOS COM DIABÉTES – SETEMBRO 2026**



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL
	DIA 01	DIA 02	DIA 03	DIA 04	
	CANJA DE GALINHA COM ARROZ INTEGRAL MAÇÃ	BISCOITO INTEGRAL CHÁ SEM AÇÚCAR	ARROZ INTEGRAL COM CARNE MOÍDA SALADA: ACELGA MAÇÃ	PÃO INTEGRAL COM OVOS MEXIDOS SUCO NATURAL DE MORANGO SEM AÇÚCAR	KCAL: 189,60KCAL PTNA: 12G LIP: 4G CHO: 45G SÓDIO: 135,79MG
DIA 07	DIA 08	DIA 09	DIA 10	DIA 11	
FERIADO	FERIADO	FLOCOS DE CEREAIS SEM AÇÚCAR COM LEITE	ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA: ACELGA MAÇÃ	POLENTA CARNE MOIDA SALADA: ACELGA	KCAL: 250,89KCAL PTNA: 9G LIP: 9G CHO: 26G SÓDIO: 53,23MG
DIA 14	DIA 15	DIA16	DIA 17	DIA 18	
SOPA DE FEIJÃO SEM MACARRÃO	ARROZ INTEGRAL COM ALMONDEGAS SALADA: ALFACE MAÇÃ	BISCOITO INTEGRAL CHÁ SEM AÇÚCAR	RISOTO DE FRANGO COM ARROZ INTEGRAL MAÇÃ	ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO OMELETE SALADA: ALFACE	KCAL: 410,14KCAL PTNA: 16G LIP: 17G CHO: 60G SÓDIO: 228,75MG
DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24	DIA 25	
SOPA DE LEGUMES SEM MACARRÃO	ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARNE SUÍNA REFOGADA SALADA: CHUCHU MAÇÃ	BISCOITO INTEGRAL CHÁ SEM AÇÚCAR	POLENTA COM FRANGO AO MOLHO SALADA: VAGEM MAÇÃ	ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUMES SALADA: CHUCHU	KCAL: 398,43KCAL PTNA: 11G LIP: 11G CHO: 65G SÓDIO: 63,52MG
DIA 28	DIA 29	DIA 30			
SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES SEM MACARRÃO	ARROZ INTEGRAL COM FRANGO SALADA: VAGEM MAÇÃ	MINGAU DE AVEIA			KCAL: 215,62KCAL PTNA: 9G LIP: 4G CHO: 29G SÓDIO: 29,77MG



Documento assinado digitalmente
LAIZ BAIK DA SILVA
Data: 24/08/2026 12:53:00-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Laiz Baiak da Silva
Nutricionista RT
CRN8 7223



Documento assinado digitalmente
ELIZABETH ALVES COSTA
Data: 21/08/2026 15:29:06-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Elizabeth Alves Costa
Nutricionista QT
CRN8 14606

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



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL
	DIA 01	DIA 02	DIA 03	DIA 04	
	CANJA DE GALINHA MAÇÃ	BOLO DE ABÓBORA COM COCO CHÁ	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SALADA: TOMATE BANANA	PÃO COM OVOS MEXIDOS SUCO NATURAL DE MORANGO	KCAL: 303,60KCAL PTNA: 12G LIP: 5G CHO: 51G SÓDIO: 135,79MG
DIA 07	DIA 08	DIA 09	DIA 10	DIA 11	
FERIADO	FERIADO	FLOCOS DE CEREAIS COM LEITE	ARROZ, FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA: ACELGA MELANCIA	POLENTA CARNE MOIDA SALADA: CENOURA	KCAL: 260,89KCAL PTNA: 9G LIP: 9G CHO: 36G SÓDIO: 53,23MG
DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	
SOPA DE FEIJÃO	MACARRÃO COM ALMONDEGAS SALADA: ALFACE LARANJA	BISCOITO SALGADO CHOCOLATE QUENTE	RISOTO DE FRANGO MANGA	ARROZ, FEIJÃO OMELETE SALADA: BETERRABA	KCAL: 490,14KCAL PTNA: 16G LIP: 17G CHO: 70G SÓDIO: 228,75MG
DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24	DIA 25	
SOPA DE LEGUMES	ARROZ, FEIJÃO FAROFÁ DE CARNE SUÍNA SALADA: CHUCHU MAÇÃ	BISCOITO DOCE CHÁ	POLENTA COM FRANGO AO MOLHO SALADA: VAGEM BANANA	ARROZ, FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUMES SALADA: CENOURA	KCAL: 422,43KCAL PTNA: 11G LIP: 11G CHO: 72G SÓDIO: 63,52MG
DIA 28	DIA 29	DIA 30			
SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES	MACARRÃO COM FRANGO SALADA: VAGEM LARANJA	MINGAU DE AVEIA COM CACAU E BANANA			KCAL: 231,62KCAL PTNA: 9G LIP: 4G CHO: 42G SÓDIO: 29,77MG

Documento assinado digitalmente
 **LAIZ BAIK DA SILVA**
 Data: 24/08/2026 12:53:00-0300
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Laiz Baiak da Silva
 Nutricionista RT
 CRN8 7223

Documento assinado digitalmente
 **ELIZABETH ALVES COSTA**
 Data: 21/08/2026 15:29:06-0300
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Elizabeth Alves Costa
 Nutricionista QT
 CRN8 14606

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



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL
	DIA 01	DIA 02	DIA 03	DIA 04	
	ARROZ, FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUMES REFOGADO SALADA: REPOLHO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ENSOPADO SALADA: ALFACE	ARROZ, FEIJÃO, PEIXE ASSADO COM LEGUMES SALADA: REPOLHO	MACARRÃO COM FRANGO SALADA: TOMATE SUCO NATURAL	KCAL: 435,58KCAL PTNA: 15G LIP: 14G CHO: 59G SÓDIO: 66,8MG
DIA 07	DIA 08	DIA 09	DIA 10	DIA 11	
FERIADO	FERIADO	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO SALADA: ACELGA	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SALADA: ALFACE	ARROZ, PEIXE ENSOPADO SALADA: ACELGA SUCO NATURAL	KCAL: 333,54KCAL PTNA: 11G LIP: 12G CHO: 43G SÓDIO: 57,64MG
DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	
ARROZ, FEIJÃO, OMELETE SALADA: ALFACE	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA DE CARNE SUÍNA SALADA: BETERRABA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO GRELHADO SALADA: CENOURA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COZIDA COM BATATA SALADA: REPOLHO	POLENTA FRANGO AO MOLHO SALADA: ALFACE SUCO NATURAL	KCAL: 601,52KCAL PTNA: 17G LIP: 23G CHO: 80G SÓDIO: 60,81MG
DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24	DIA 25	
ARROZ, FEIJÃO, FAROFA DE MILHO COM OVO SALADA: CHUCHU	POLENTA COM CARNE MOÍDA SALADA: VAGEM	ARROZ, FEIJÃO, PEIXE ENSOPADO SALADA: BETERRABA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE SUÍNA REFOGADA COM LEGUMES SALADA: CENOURA	RISOTO DE FRANGO SALADA: VAGEM SUCO NATURAL	KCAL: 565,22KCAL PTNA: 15G LIP: 18G CHO: 83G SÓDIO: 66,68MG
DIA 28	DIA 29	DIA 30			
ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO SALADA: CENOURA	QUIRERA COM CARNE MOÍDA SALADA: REPOLHO	ARROZ, FEIJÃO FRANGO ASSADO COM BATATA SALADA: VAGEM			KCAL: 283,16KCAL PTNA: 11G LIP: 13G CHO: 31G SÓDIO: 72,28MG



Documento assinado digitalmente
LAIZ BAIK DA SILVA
Data: 24/08/2026 13:04:34-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Laiz Baiak da Silva
Nutricionista RT
CRN8 7223



Documento assinado digitalmente
ELIZABETH ALVES COSTA
Data: 21/08/2026 15:29:06-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Elizabeth Alves Costa
Nutricionista QT
CRN8 14606

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO – MORRETES-PR
CARDÁPIO ZERO LACTOSE – SETEMBRO 2026



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL
	DIA 01	DIA 02	DIA 03	DIA 04	
	CANJA DE GALINHA MAÇÃ	BOLO DE ABÓBORA COM COCO ZERO LACTOSE CHÁ	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SALADA: TOMATE BANANA	PÃO COM OVOS MEXIDOS SUCO NATURAL DE MORANGO	KCAL: 303,60KCAL PTNA: 12G LIP: 5G CHO: 51G SÓDIO: 135,79MG
DIA 07	DIA 08	DIA 09	DIA 10	DIA 11	
FERIADO	FERIADO	FLOCOS DE CEREAIS COM LEITE ZERO LACTOSE	ARROZ, FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA: ACELGA MELANCIA	POLENTA CARNE MOIDA SALADA: CENOURA	KCAL: 260,89KCAL PTNA: 9G LIP: 9G CHO: 36G SÓDIO: 53,23MG
DIA 14	DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	
SOPA DE FEIJÃO	MACARRÃO COM ALMONDEGAS SALADA: ALFACE LARANJA	BISCOITO SALGADO CHOCOLATE QUENTE ZERO LACTOSE	RISOTO DE FRANGO MANGA	ARROZ, FEIJÃO OMELETE SALADA: BETERRABA	KCAL: 490,14KCAL PTNA: 16G LIP: 17G CHO: 70G SÓDIO: 228,75MG
DIA 21	DIA 22	DIA 23	DIA 24	DIA 25	
SOPA DE LEGUMES	ARROZ, FEIJÃO FAROFÁ DE CARNE SUÍNA SALADA: CHUCHU MAÇÃ	BISCOITO ZERO LACTOSE CHÁ	POLENTA COM FRANGO AO MOLHO SALADA: VAGEM BANANA	ARROZ, FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUMES SALADA: CENOURA	KCAL: 422,43KCAL PTNA: 11G LIP: 11G CHO: 72G SÓDIO: 63,52MG
DIA 28	DIA 29	DIA 30			
SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES	MACARRÃO COM FRANGO SALADA: VAGEM LARANJA	MINGAU DE AVEIA COM CACAU E BANANA ZERO LACTOSE			KCAL: 231,62KCAL PTNA: 9G LIP: 4G CHO: 42G SÓDIO: 29,77MG

Documento assinado digitalmente
gov.br LAIZ BAIK DA SILVA
 Data: 24/08/2026 12:53:00-0300
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Laiz Baiak da Silva
 Nutricionista RT
 CRN8 7223

Documento assinado digitalmente
gov.br ELIZABETH ALVES COSTA
 Data: 21/08/2026 15:29:05-0300
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Elizabeth Alves Costa
 Nutricionista QT
 CRN8 14606