

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



REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA-FEIRA DIA 01	TERÇA-FEIRA DIA 02	QUARTA-FEIRA DIA 03	QUINTA-FEIRA DIA 04	SEXTA-FEIRA DIA 05	MÉDIA SEMANAL
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	BANANA COM AVEIA AMASSADA	MAMÃO COM AVEIA PICADO	MORANGO PICADO	FERIADO	RECESSO	ENERGIA: 142,80KCAL PTNA(g): 5G LIPÍDEOS(g): 3G CARBOIDRATOS(g): 24G SÓDIO (mg): 25,48 MG
ALMOÇO/JANTAR	SOPA DE LEGUMES	ARROZ, CALDINHO DE FEIJÃO, CARNE COZIDA DESFIADA COM BATATA SALADA: ALFACE PICADA	MACARRÃO PICADINHO COM FRANGO SALADA: ALFACE PICADO			
REFEIÇÃO/DIA	DIA 08	DIA 09	DIA 10	DIA 11	DIA 12	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	MANGA PICADA	MAÇÃ RASPADINHA	BANANA PICADA	MAMÃO PICADO	MORANGO PICADO	ENERGIA: 228,74KCAL PTNA(g): 8G LIPÍDEOS(g): 6G CARBOIDRATOS(g): 35G SÓDIO (mg): 48,21MG
ALMOÇO/JANTAR	SOPA DE FEIJÃO	ARROZ, CALDINHO DE FEIJÃO E CARNE MOÍDA COM LEGUMES	RISOTO DE FRANGO	ARROZ, CALDINHO DE FEIJÃO, OVO MEXIDO SALADA: CENOURA COZIDA PICADINHA	POLENTA COM FRANGO DESFIADO E BROCOLIS COZIDO PICADINHO	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	MAÇÃ RASPADINHA	BANANA COM AVEIA AMASSADA	MAMÃO PICADO	MANGA PICADA	LARANJA LIMA PICADA	ENERGIA: 279,03MG PTNA(g): 11G LIPÍDEOS(g): 6G CARBOIDRATOS(g): 45G SÓDIO (mg): 39,52MG
ALMOÇO/JANTAR	CALDINHO DE AIPIM COM CARNE COZIDA DESFIADA	PURE DE BATATA COM CARNE MOÍDA	ARROZ, CALDINHO DE FEIJÃO, FRANGO COZIDO PICADINHO E COUVE REFOGADA PICADINHA	CANJA DE GALINHA	ARROZ, CALDINHO DE FEIJÃO, CARNE COZIDA PICADINHA COM AIPIM	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 22	DIA 23	DIA 24	DIA 25	DIA 26	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	MORANGO PICADO	MAMÃO PICADO	BANANA PICADA	MAÇÃ AMASSADA	MANGA PICADA	ENERGIA: 242,76MG PTNA(g): 9G LIPÍDEOS(g): 7G CARBOIDRATOS(g): 36G SÓDIO (mg): 44,49MG
ALMOÇO/JANTAR	CANJA	ARROZ, CALDINHO DE FEIJÃO, CARNE COZIDA COM BATATA E CENOURA PICADINHA	POLENTA COM FRANGO E COUVE REFOGADA PICADINHA	ARROZ, CALDINHO DE FEIJÃO, OVOS COZIDOS PICADINHO SALADA: CENOURA COZIDA PICADA	PURE DE BATATA SALSA COM CARNE MOÍDA SALADA: ALFACE PICADA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 29	DIA 30				
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	BANANA COM CACAU AMASSADO	MORANGO PICADO				ENERGIA: 62,85G PTNA(g): 2G LIPÍDEOS(g): 0G CARBOIDRATOS(g): 13G SÓDIO (mg): 1,21MG
ALMOÇO/JANTAR	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES	SOPA DE LEGUMES				

Documento assinado digitalmente



**LAIZ BAIK DA SILVA**  
 Data: 27/05/2026 10:02:02-0300  
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Laiz Baiak da Silva  
 Nutricionista RT  
 CRN8 7223

Documento assinado digitalmente



**ELIZABETH ALVES COSTA**  
 Data: 22/05/2026 14:26:24-0300  
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Elizabeth Alves Costa  
 Nutricionista QT  
 CRN8 14606

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



Documento assinado digitalmente  
**LAIZ BAIK DA SILVA**  
Data: 27/05/2026 09:49:39-0300  
Verifique em <https://validar.it.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 DIETAS ESPECIAIS - CELÍACO**  
**JUNHO 2026**



REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA-FEIRA DIA 01	TERÇA-FEIRA DIA 02	QUARTA-FEIRA DIA 03	QUINTA-FEIRA DIA 04	SEXTA-FEIRA DIA 05	MÉDIA SEMANAL
<b>LANCHE DA MANHÃ/TARDE</b>	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	CHÁ BISCOITO SEM GLUTEN	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>	ENERGIA: 354,96KCAL PTNA(g): 11G LIPÍDEOS(g): 11G CARBOIDRATOS(g): 54G SÓDIO (mg): 115,06MG
<b>ALMOÇO/JANTAR</b>	SOPA DE LEGUMES (SEM GLUTEN) FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM BATATA SALADA: ALFACE	POLENTA COM FRANGO SALADA: REPOLHO FRUTA			
REFEIÇÃO/DIA	DIA 08	DIA 09	DIA 10	DIA 11	DIA 12	
<b>LANCHE DA MANHÃ/TARDE</b>	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	CHÁ BISCOITO SEM GLUTEN	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	ENERGIA: 655,53KCAL PTNA(g): 22G LIPÍDEOS(g): 23G CARBOIDRATOS(g): 93G SÓDIO (mg): 179,26MG
<b>ALMOÇO/JANTAR</b>	SOPA DE FEIJÃO (MACARRÃO SEM GLUTEN) FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA REFOGADA SALADA: VAGEM	RISOTO DE FRANGO FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO SALADA: CENOURA COZIDA	POLENTA COM FRANGO SALADA: VAGEM COM CENOURA COZIDA FRUTA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19	
<b>LANCHE DA MANHÃ/TARDE</b>	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	VITAMINA DE BANANA (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	ENERGIA: 751,23KCAL PTNA(g): 26G LIPÍDEOS(g): 25G CARBOIDRATOS(g): 106G SÓDIO (mg): 210,46MG
<b>ALMOÇO/JANTAR</b>	CALDINHO DE AIPIM COM CARNE DESFIADA	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA (SEM GLUTEN) SALADA: REPOLHO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ASSADO SALADA: COUVE FRUTA	CANJA DE GALINHA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM AIPIM SALADA: CENOURA FRUTA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 22	DIA 23	DIA 24	DIA 25	DIA 26	
<b>LANCHE DA MANHÃ/TARDE</b>	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	ENERGIA: 715,02KCAL PTNA(g): 23G LIPÍDEOS(g): 28G CARBOIDRATOS(g): 94G SÓDIO (mg): 204,91MG
<b>ALMOÇO/JANTAR</b>	CANJA FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA: REPOLHO	QUIRERA COM FRANGO AO MOLHO SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE LEGUMES SALADA: CENOURA	POLENTA + CARNE MOÍDA SALADA: ALFACE FRUTA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 29	DIA 30				
<b>LANCHE DA MANHÃ/TARDE</b>	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO SEM GLUTEN				ENERGIA: 241,46KCAL PTNA(g): 9G LIPÍDEOS(g): 8G CARBOIDRATOS(g): 34G SÓDIO (mg): 135,45MG
<b>ALMOÇO/JANTAR</b>	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (MACARRÃO SEM GLUTEN) FRUTA	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA (SEM GLUTEN) SALADA: COUVE				

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



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL
<b>DIA 01</b>	<b>DIA 02</b>	<b>DIA 03</b>	<b>DIA 04</b>	<b>DIA 05</b>	
SOPA DE LEGUMES	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA	MINGAU DE AVEIA COM CHOCOLATE E BISCOITO SALGADO	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>	ENERGIA: 254,58KCAL PTNA(g): 6G LIPÍDEOS(g): 6G CARBOIDRATOS(g): 45G SÓDIO (mg): 90,63MG
<b>DIA 08</b>	<b>DIA 09</b>	<b>DIA 10</b>	<b>DIA 11</b>	<b>DIA 12</b>	
SOPA DE FEIJÃO	ARROZ, FEIJÃO, QUIBE ASSADO SALADA: VAGEM FRUTA	FLOCOS DE CEREAIS COM LEITE	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO SALADA: CENOURA FRUTA	POLENTA COM FRANGO SALADA: VAGEM E CENOURA COZIDA	ENERGIA: 488,03KCAL PTNA(g): 17G LIPÍDEOS(g): 14G CARBOIDRATOS(g): 75G SÓDIO (mg): 144,77MG
<b>DIA 15</b>	<b>DIA 16</b>	<b>DIA 17</b>	<b>DIA 18</b>	<b>DIA 19</b>	
CALDO DE AIPIM COM CARNE DESFIADA	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA DE MILHO COM CARNE SUINA SALADA: REPOLHO FRUTA	CHOCOLATE QUENTE BISCOITO SALGADO	ARROZ, FRANGO ASSADO E CREME DE MILHO SALADA: VAGEM FRUTA	MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA: CENOURA	ENERGIA: 573,23KCAL PTNA(g): 19G LIPÍDEOS(g): 16G CARBOIDRATOS(g): 89G SÓDIO (mg): 189,77MG
<b>DIA 22</b>	<b>DIA 23</b>	<b>DIA 24</b>	<b>DIA 25</b>	<b>DIA 26</b>	
CANJA	ARROZ, FEIJÃO, PEIXE AO MOLHO COM LEGUMES SALADA: REPOLHO FRUTA	BOLO DE FUBÁ CHÁ QUENTE	POLENTA COM CARNE MOÍDA SALADA: COUVE FRUTA	SOPA DE LEGUMES COM FRANGO	ENERGIA: 490,45KCAL PTNA(g): 17G LIPÍDEOS(g): 14G CARBOIDRATOS(g): 75G SÓDIO (mg): 194,90MG
<b>DIA 29</b>	<b>DIA 30</b>				
SOPA DE FEIJÃO	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SALADA: ALFACE FRUTA				ENERGIA: 183,38G PTNA(g): 8G LIPÍDEOS(g): 3G CARBOIDRATOS(g): 32G SÓDIO (mg): 28,60MG

Documento assinado digitalmente  
**gov.br** LAIZ BAIÁK DA SILVA  
Data: 27/05/2026 09:36:02-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Laiz Baiak da Silva  
Nutricionista RT  
CRN8 7223


Documento assinado digitalmente  
**gov.br** ELIZABETH ALVES COSTA  
Data: 27/05/2026 08:58:45-0300  
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) – JUNHO 2026**



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL
<b>DIA 01</b>	<b>DIA 02</b>	<b>DIA 03</b>	<b>DIA 04</b>	<b>DIA 05</b>	
ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM LEGUMES SALADA: ALFACE	MACARRÃO COM FRANGO SALADA: REPOLHO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM LEGUMES SALADA: ALFACE	FERIADO	RECESSO	ENERGIA: 340,07KCAL PTNA(g): 10G LIPÍDEOS(g): 14G CARBOIDRATOS(g): 45G SÓDIO (mg): 50,74MG
<b>DIA 08</b>	<b>DIA 09</b>	<b>DIA 10</b>	<b>DIA 11</b>	<b>DIA 12</b>	
ARROZ, FEIJÃO E OVOS MEXIDOS SALADA: CENOURA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM LEGUMES SALADA: ALFACE	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SALADA: COUVE	SOPA DE FEIJÃO	ARROZ, FEIJÃO, PEIXE ENSOPADO SUCO DE FRUTA	ENERGIA: 512,85KCAL PTNA(g): 19G LIPÍDEOS(g): 16G CARBOIDRATOS(g): 69G SÓDIO (mg): 71,7MG
<b>DIA 15</b>	<b>DIA 16</b>	<b>DIA 17</b>	<b>DIA 18</b>	<b>DIA 19</b>	
ARROZ, FEIJÃO, FAROFA DE OVO SALADA: COUVE	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ASSADO SALADA: VAGEM	SOPA DE LEGUMES COM CARNE	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SALADA: REPOLHO	RISOTO DE FRANGO SUCO DE FRUTA	ENERGIA: 618,64KCAL PTNA(g): 21G LIPÍDEOS(g): 16G CARBOIDRATOS(g): 94G SÓDIO (mg): 64,4MG
<b>DIA 22</b>	<b>DIA 23</b>	<b>DIA 24</b>	<b>DIA 25</b>	<b>DIA 26</b>	
ARROZ, FEIJÃO, OMELETE SALADA: CENOURA	SOPA DE LEGUMES	ARROZ, FEIJÃO, PEIXE ASSADO COM LEGUMES SALADA: REPOLHO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM LEGUMES SALADA: CENOURA	ARROZ, FEIJÃO, QUIBE ASSADO SALADA: REPOLHO SUCO DE FRUTA	ENERGIA: 557,51KCAL PTNA(g): 16G LIPÍDEOS(g): 22G CARBOIDRATOS(g): 71G SÓDIO (mg): 35,45MG
<b>DIA 29</b>	<b>DIA 30</b>				
ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS SALADA: COUVE	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PORCO COM LEGUMES SALADA: VAGEM				ENERGIA: 229,48KCAL PTNA(g): 7G LIPÍDEOS(g): 9G CARBOIDRATOS(g): 29G SÓDIO (mg): 51,47MG

Documento assinado digitalmente  
 **LAIZ BAIK DA SILVA**  
 Data: 27/05/2026 09:59:31-0300  
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Laiz Baiak da Silva  
 Nutricionista RT  
 CRN8 7223

Documento assinado digitalmente  
 **ELIZABETH ALVES COSTA**  
 Data: 22/05/2026 14:13:20-0300  
 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) – JUNHO 2026



Documento assinado digitalmente  
**gov.br** LAIZ BAIK DA SILVA  
Data: 27/05/2026 09:57:24-0300  
Verifique em <https://validar.it.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**  
**JUNHO 2026**




REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA-FEIRA DIA 01	TERÇA-FEIRA DIA 02	QUARTA-FEIRA DIA 03	QUINTA-FEIRA DIA 04	SEXTA-FEIRA DIA 05	MÉDIA SEMANAL
<b>LANCHE DA MANHÃ/TARDE</b>	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	MINGAU AVEIA COM CHOCOLATE E BISCOITO SALGADO	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>	ENERGIA: 354,96KCAL PTNA(g): 11G LIPÍDEOS(g): 11G CARBOIDRATOS(g): 54G SÓDIO (mg): 115,06MG
<b>ALMOÇO/JANTAR</b>	SOPA DE LEGUMES FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM BATATA SALADA: ALFACE	POLNETA COM FRANGO SALADA: REPOLHO FRUTA			
REFEIÇÃO/DIA	DIA 08	DIA 09	DIA 10	DIA 11	DIA 12	
<b>LANCHE DA MANHÃ/TARDE</b>	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO SALGADO	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	MINGAU AVEIA COM CHOCOLATE BISCOITO POLVILHO	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO DE POLVILHO	ENERGIA: 655,53KCAL PTNA(g): 22G LIPÍDEOS(g): 23G CARBOIDRATOS(g): 93G SÓDIO (mg): 179,26MG
<b>ALMOÇO/JANTAR</b>	SOPA DE FEIJÃO FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, QUIBE ASSADO SALADA: VAGEM	RISOTO DE FRANGO FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO SALADA: CENOURA	POLENTA COM FRANGO SALADA: VAGEM E CENOURA FRUTA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 15	DIA 16	DIA 17	DIA 18	DIA 19	
<b>LANCHE DA MANHÃ/TARDE</b>	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO	CHÁ (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (sem adição de açúcar) BISCOITO SALGADO	CHÁ (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO	ENERGIA: 751,23KCAL PTNA(g): 26G LIPÍDEOS(g): 25G CARBOIDRATOS(g): 106G SÓDIO (mg): 210,46MG
<b>ALMOÇO/JANTAR</b>	CALDO DE AIPIM COM CARNE DESFIADA FRUTA	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SALADA: REPOLHO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ASSADO SALADA: COUVE FRUTA	CANJA DE GALINHA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM AIPIM SALADA: CENOURA FRUTA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 22	DIA 23	DIA 24	DIA 25	DIA 26	
<b>LANCHE DA MANHÃ/TARDE</b>	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO SALGADO	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	MINGAU DE CHOCOLATE COM BANANA (sem adição de açúcar) BISCOITO DE POLVILHO	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) PÃO COM MANTEIGA	CHÁ (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO	ENERGIA: 715,02KCAL PTNA(g): 23G LIPÍDEOS(g): 28G CARBOIDRATOS(g): 94G SÓDIO (mg): 204,91MG
<b>ALMOÇO/JANTAR</b>	CANJA FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COZIDA COM BATATA E CENOURA SALADA: REPOLHO	QUIRERINHA COM FRANGO SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE LEGUMES SALADA: CENOURA	POLENTA COM CARNE MOÍDA  SALADA: ALFACE FRUTA	
REFEIÇÃO/DIA	DIA 29	DIA 30				
<b>LANCHE DA MANHÃ/TARDE</b>	CHOCOLATE QUENTE (sem adição de açúcar) BISCOITO POLVILHO	CHÁ (sem adição de açúcar) BOLO DE LARANJA				ENERGIA: 241,46KCAL PTNA(g): 9G LIPÍDEOS(g): 8G CARBOIDRATOS(g): 34G SÓDIO (mg): 135,45MG
<b>ALMOÇO/JANTAR</b>	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES FRUTA	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SALADA: COUVE				


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



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL
<b>DIA 01</b>	<b>DIA 02</b>	<b>DIA 03</b>	<b>DIA 04</b>	<b>DIA 05</b>	
SOPA DE LEGUMES	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA	MINGAU DE AVEIA COM LEITE ZERO LACTOSE E CHOCOLATE + BISCOITO SALGADO (SEM LACTOSE)	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>	ENERGIA: 254,58KCAL PTNA(g): 6G LIPÍDEOS(g): 6G CARBOIDRATOS(g): 45G SÓDIO (mg): 90,63MG
<b>DIA 08</b>	<b>DIA 09</b>	<b>DIA 10</b>	<b>DIA 11</b>	<b>DIA 12</b>	
SOPA DE FEIJÃO	ARROZ, FEIJÃO, QUIBE ASSADO SALADA: VAGEM FRUTA	FLOCOS DE CEREAIS COM LEITE ZERO LACTOSE	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO SALADA: CENOURA FRUTA	POLENTA COM FRANGO SALADA: VAGEM E CENOURA COZIDA	ENERGIA: 488,03KCAL PTNA(g): 17G LIPÍDEOS(g): 14G CARBOIDRATOS(g): 75G SÓDIO (mg): 144,77MG
<b>DIA 15</b>	<b>DIA 16</b>	<b>DIA 17</b>	<b>DIA 18</b>	<b>DIA 19</b>	
CALDO DE AIPIM COM CARNE DESFIADA	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA DE MILHO COM CARNE SUÍNA SALADA: REPOLHO FRUTA	CHOCOLATE QUENTE (LEITE ZERO LACTOSE) BISCOITO SALGADO	ARROZ, FRANGO ASSADO E CREME DE MILHO SALADA: VAGEM FRUTA	MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA: CENOURA	ENERGIA: 573,23KCAL PTNA(g): 19G LIPÍDEOS(g): 16G CARBOIDRATOS(g): 89G SÓDIO (mg): 189,77MG
<b>DIA 22</b>	<b>DIA 23</b>	<b>DIA 24</b>	<b>DIA 25</b>	<b>DIA 26</b>	
CANJA	ARROZ, FEIJÃO, PEIXE AO MOLHO COM LEGUMES SALADA: REPOLHO FRUTA	BOLO DE FUBÁ CHÁ QUENTE (ZERO LACTOSE)	POLENTA COM CARNE MOÍDA SALADA: COUVE FRUTA	SOPA DE LEGUMES COM FRANGO	ENERGIA: 490,45KCAL PTNA(g): 17G LIPÍDEOS(g): 14G CARBOIDRATOS(g): 75G SÓDIO (mg): 194,90MG
<b>DIA 29</b>	<b>DIA 30</b>				
SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA SALADA: ALFACE FRUTA				ENERGIA: 183,38G PTNA(g): 8G LIPÍDEOS(g): 3G CARBOIDRATOS(g): 32G SÓDIO (mg): 28,60MG

Documento assinado digitalmente  
 **LAIZ BAIK DA SILVA**  
 Data: 27/05/2026 10:13:51-0300  
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Laiz Baiak da Silva  
 Nutricionista RT  
 CRN8 7223

Documento assinado digitalmente  
 **ELIZABETH ALVES COSTA**  
 Data: 27/05/2026 10:10:12-0300  
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Elizabeth Alves Costa  
 Nutricionista QT  
 CRN8 14606