



Prefeitura Municipal de Laranjal – PR  
Secretaria Municipal de Educação  
Setor de Alimentação Escolar  
Telefone (42) 3645 – 1236  
E-mail: [alimentacaolaranjal@gmail.com](mailto:alimentacaolaranjal@gmail.com)

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
LARANJAL-PR

SEGMENTO: BERÇÁRIO 6m A 1 ano (CMEI)  
PERÍODO INTEGRAL

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>DESJEJUM</b> 07:50h as 08:30h	Leite ou papinha de fruta + fruta ou mingau	Leite ou papinha de fruta + fruta ou mingau	Leite ou papinha de fruta + fruta ou mingau	Leite ou papinha de fruta + fruta ou mingau	Leite ou papinha de fruta + fruta ou mingau
<b>SEMANA 1 E 3</b>					
<b>ALMOÇO</b>	Papinha de arroz e feijão, macarrão Carne moída ao molho Legumes cozidos	Papinha de arroz e feijão Polenta cremosa Frango ao molho Legumes cozidos	Papinha de arroz e feijão, creme mandioquinha, carne desfiada Legumes cozidos	Papinha de arroz e feijão Quireirinha cremosa Frango desfiado Legumes cozidos	Papinha de arroz e feijão, batata cozida e legumes Carne de porco cozida desfiada
<b>Sobremesa</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b>	Papinha de Arroz colorido com carne	Sopa de legumes com frango	Quireirinha cremosa com carne	Polenta cremosa com frango	Sopa de legumes com frango
<b>LANCHE DE SAÍDA</b>	Mingau de aveia	Fruta	Ovos mexidos simples	Biscoito integral	Fruta
<b>SEMANA 2 E 4</b>					
<b>ALMOÇO</b>	Papinha de arroz e feijão, purê de legumes Frango ao molho	Papinha de arroz e feijão, Polenta cremosa Carne moída	Papinha de feijão e macarrão Frango com legumes	Papinha de arroz e feijão Batata e cenoura cozida Carne em cubos ao molho	Papinha de arroz e feijão Legumes assados Frango assado desfiado
<b>Sobremesa</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b>	Sopa de legumes e carne	Galinhada com legumes	Sopa de legumes e frango	Polenta cremosa com carne e legumes	Sopa de legumes e frango
<b>LANCHE DE SAÍDA</b>	Fruta	Mingau de aveia	logurte natural	Fruta	Fruta
<b>MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES:</b>					
CALORIAS: 611,33Kcal   CHO: 90g   PTN: 26g   LIP: 16g   VIT A: 307,93mcg   VIT C: 38,91mg   CÁLCIO: 167,41mg   FERRO: 3,47mg. Todas as refeições suprem 70% das necessidades nutricionais/dia. Não adicionar açúcar nas preparações de crianças menores de 3 anos.					

Karina N. dos Passos Poletto  
Nutricionista  
CRN-8 8373

Lucas Collito Martins  
Nutricionista  
CRN-8 10508



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL 1 A 4 ANOS (CMEI)  
PERÍODO INTEGRAL

SEMANA 1 E 3					
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>DESJEJUM</b>	Farofinha de ovo Chá de ervas sem açúcar	Bolo de fubá ou banana e aveia Chocolate quente(cacau)	Pão caseiro chá de ervas	Pão caseiro com molho Chocolate quente(cacau)	Bolo de cacau e aveia Chá de ervas
<b>ALMOÇO</b>	Arroz, feijão Macarrão ao molho Carne moída Salada crua	Arroz, Feijão Polenta cremosa com Frango ao molho Salada crua	Arroz, Feijão Mandioca cozida Carne de panela ao molho Salada crua	Arroz, Feijão Quireirinha cremosa Frango em cubos Salada crua	Arroz, virado de feijão Carne de porco assada Legumes refogados Salada crua
<b>Sobremesa</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b>	Torta salgada com carne	Farofa de legumes e frango	Quireirinha cremosa com carne	Polenta cremosa com carne	Bolinho de carne Sagu de uva
<b>LANCHE DE SAÍDA</b>	Fruta	Biscoito integral	Canjica	Fruta	Pão de queijo falso (sem queijo)

SEMANA 2 E 4					
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>DESJEJUM</b>	Biscoito doce e salgado Chocolate quente(cacau)	Bolo de cacau e aveia	Pão caseiro carne moída chá de ervas	Pão caseiro Chocolate quente (cacau)	Bolo de laranja ou banana e aveia Chá de ervas
<b>ALMOÇO</b>	Arroz, feijão Purê de legumes Frango ao molho Salada crua	Arroz colorido, feijão Farofa de legumes Carne moída Salada crua	Arroz, Feijão Macarrão ao molho Frango com legumes Salada crua	Arroz, feijão Batata e cenoura cozida Carne em cubos ao molho Salada crua	Arroz, Feijão Frango assado bom batata Salada crua
<b>Sobremesa</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b>	Sopa de legumes com macarrão +fruta	Quireirinha cremosa com carne	Torta salgada com carne	Farofa de legumes e carne	Pão de queijo ou biscoito de polvilho + Canjica
<b>LANCHE DE SAÍDA</b>	Fruta	Fruta	logurte Natural	Fruta	Vitamina de fruta e aveia

**MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES:**

CALORIAS: 742,63 Kcal | CHO: 103 g | PTN: 33 g | LIP: 22 g | VIT A: 371,24 mcg | VIT C: 45,52 mg | CÁLCIO: 225,73 mg | FERRO: 3,95 mg.  
Todas as refeições suprem 70% das necessidades nutricionais/dia. Não adicionar açúcar nas preparações de crianças menores de 3 anos

Karina N. dos Passos Poletto  
Nutricionista  
CRN-8 8373

Lucas Collito Martins  
Nutricionista  
CRN-8 10508



Prefeitura Municipal de Laranjal – PR  
Secretaria Municipal de Educação  
Setor de Alimentação Escolar  
Telefone (42) 3645 – 1236  
E-mail: [alimentacaolaranjal@gmail.com](mailto:alimentacaolaranjal@gmail.com)



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL – ATÉ 10 ANOS

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>SEMANA 1</b>	Arroz com cenoura Feijão Frango ao molho Fruta	Macarrão bolonhesa (Carne moída) Salada Fruta	Arroz Feijão Vaca atolada Salada	Sopa de legumes (Macarrão e frango) Fruta	Torta salgada* Sagu
<b>SEMANA 2</b>	Polenta Frango ao molho Salada	Arroz Virado de Feijão Picadinho de carne suína Salada Fruta	Arroz Feijão Frango com batata Salada	Arroz Feijão Carne moída com legumes Salada	Bolo de fubá* Fruta
<b>SEMANA 3</b>	Galinhada com legumes Salada	Arroz Feijão Carne moída com batata Fruta	Arroz Feijão Frango ao molho Salada fruta	Arroz Costela de panela Mandioca Salada	Farofa de legumes Chá de ervas Fruta
<b>SEMANA 4</b>	Quireirinha cremosa com carne de porco Salada	Macarrão Frango ao molho Salada Fruta	Arroz Feijão Carne moída Salada Fruta	Arroz Feijão Frango com batata Salada	Bolo de cacau 100%* Fruta
<b>MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES:</b> CALORIAS: 651,37 Kcal   CHO: 78 g   PTN: 36 g   LIP: 21 g   VIT A: 171,29 mcg   VIT C: 23,48 mg   CÁLCIO: 83,45 mg   FERRO: 3,53 mg. Todas as refeições suprem 70% e 20% das necessidades nutricionais/dia, respectivamente.					

Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE, sujeito a alterações conforme demanda de safra e disponibilidade de produtos para elaboração das preparações.

\*USAR LEITE ZERO LACTOSE NAS PREPARAÇÕES.

Karina N. dos Passos Poletto  
Nutricionista  
CRN-8 8373

Lucas Collito Martins  
Nutricionista  
CRN-8 10508



Prefeitura Municipal de Laranjal – PR  
Secretaria Municipal de Educação  
Sector de Alimentação Escolar  
Telefone (42) 3645 – 1236  
E-mail: [alimentacaolaranjal@gmail.com](mailto:alimentacaolaranjal@gmail.com)



## SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL - CAMPO

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>SEMANA 1</b>	Arroz com cenoura Feijão Frango ao molho Fruta	Macarrão bolonhesa (Carne moída) Salada Fruta	Arroz Feijão Vaca atolada Salada	Sopa de legumes (Macarrão e frango) Fruta	Torta salgada* Sagu
<b>SEMANA 2</b>	Polenta Frango ao molho Salada	Arroz Virado de Feijão Picadinho de carne suína Salada Fruta	Arroz Feijão Frango com batata Salada	Arroz Feijão Carne moída com legumes Salada	Bolo de fubá* Fruta
<b>SEMANA 3</b>	Galinhada com legumes Salada	Arroz Feijão Carne moída com batata Fruta	Arroz Feijão Frango ao molho Salada fruta	Arroz Costela de panela Mandioca Salada	Farofa de legumes Chá de ervas Fruta
<b>SEMANA 4</b>	Quireinha cremosa com carne de porco Salada	Macarrão Frango ao molho Salada Fruta	Arroz Feijão Carne moída Salada Fruta	Arroz Feijão Stroganoff* Salada	Bolo de cacau 100%* Fruta
<b>MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES:</b> CALORIAS: 927 Kcal   CHO: 159.5 g   PTN: 41.3 g   LIP: 21.7 g   VIT A: 696.4 mcg   VIT C: 101.8 mg   CÁLCIO: 179.9 mg   FERRO: 6.8 mg. Todas as refeições suprem 70% e 20% das necessidades nutricionais/dia, respectivamente.					

\*Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE, sujeito a alterações conforme demanda de safra e disponibilidade de produtos para elaboração das preparações.

Karina N. dos Passos Poletto  
Nutricionista  
CRN-8 8373

Lucas Collito Martins  
Nutricionista  
CRN-8 10508



Prefeitura Municipal de Laranjal – PR  
Secretaria Municipal de Educação  
Setor de Alimentação Escolar  
Telefone (42) 3645 – 1236  
E-mail: [alimentacaolaranjal@gmail.com](mailto:alimentacaolaranjal@gmail.com)



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
LARANJAL-PR

SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL – CAMPO  
PERÍODO INTEGRAL

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>LANCHE 1</b>	Biscoito doce + Chá + Fruta	-	Bolo de fubá + Chá	Biscoito salgado + chocolate quente (cacau 100%) + Fruta	-
<b>ALMOÇO</b>	Macarrão com carne moída	-	Arroz + Feijão Carne + Salada	Arroz + Feijão Carne + Salada	-
<b>SEMANA 1</b>	Arroz Vaca atolada Salada	Arroz com brócolis Feijão Frango ao molho Salada	Arroz Nhoque ao molho bolonhesa Fruta	Arroz Feijão Bisteca suína assada Salada	Sagu com suco de uva Fruta
<b>SEMANA 2</b>	Polenta Frango ao molho Salada	Arroz Feijoada Salada	Arroz Lasanha Fruta	Arroz Feijão Carne de panela Salada	Pavê de cacau 100% Fruta
<b>SEMANA 3</b>	Galinhada com legumes	Arroz Feijão Bife acebolado Salada	Purê de batata Quibe assado Fruta	Arroz Virado de Feijão Picadinho de carne suína Salada	Assado de frango (Joelho) Fruta
<b>SEMANA 4</b>	Quiririnha cremosa com carne de porco Salada	Arroz Feijão Carne ao molho Salada	Torta salgada Fruta	Macarrão com almôndega ao molho Salada	Bolo de cacau 100% Fruta
<b>MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES:</b> CALORIAS: 1.041 Kcal   CHO: 164.8 g   PTN: 52.9 g   LIP: 26.2g   VIT A: 559.9 mcg   VIT C: 163.5 mg   CÁLCIO: 222.8 mg   FERRO: 9.7 mg. Todas as refeições suprem 70% e 20% das necessidades nutricionais/dia, respectivamente.					

\*Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE, sujeito a alterações conforme demanda de safra e disponibilidade de produtos para elaboração das preparações.

Karina N. dos Passos Poletto  
Nutricionista  
CRN-8 8373

Lucas Collito Martins  
Nutricionista  
CRN-8 10508



Prefeitura Municipal de Laranjal – PR  
Secretaria Municipal de Educação  
Setor de Alimentação Escolar  
Telefone (42) 3645 – 1236  
E-mail: [alimentacaolaranjal@gmail.com](mailto:alimentacaolaranjal@gmail.com)



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
LARANJAL-PR

SEGMENTO: EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) – APAE

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>SEMANA 1</b>	Arroz Vaca atolada Salada	Arroz com brócolis Feijão Frango ao molho Salada	Arroz Nhoque ao molho bolonhesa Fruta	Arroz Feijão Bisteca suína assada Salada	Sagu com suco de uva Fruta
<b>SEMANA 2</b>	Polenta Frango ao molho Salada	Arroz Feijoada Salada	Arroz Lasanha Fruta	Arroz Feijão Carne de panela Salada	Pavê de cacau 100% Fruta
<b>SEMANA 3</b>	Galinhada com legumes	Arroz Feijão Bife acebolado Salada	Purê de batata Quibe assado Fruta	Arroz Virado de Feijão Picadinho de carne suína Salada	Assado de frango (Joelho) Fruta
<b>SEMANA 4</b>	Quirerinha cremosa com carne de porco Salada	Arroz Feijão Carne ao molho Salada	Torta salgada Fruta	Macarrão com almôndega ao molho Salada	Bolo de cacau 100% Fruta
<b>MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES:</b> CALORIAS: 927 Kcal   CHO: 159.5 g   PTN: 41.3 g   LIP: 21.7 g   VIT A: 696.4 mcg   VIT C: 101.8 mg   CÁLCIO: 179.9 mg   FERRO: 6.8 mg. Todas as refeições suprem 70% e 20% das necessidades nutricionais/dia, respectivamente.					

\*Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE, sujeito a alterações conforme demanda de safra e disponibilidade de produtos para elaboração das preparações.

Karina N. dos Passos Poletto  
Nutricionista  
CRN-8 8373

Lucas Collito Martins  
Nutricionista  
CRN-8 10508