PADRONIZAÇÃO DO CARDÁPIO DAS ESCOLAS DO PARANÁ
PAUTA 9 - INDÍGENA/QUILOMBOLA
JUNHO 2024

Caso não possua algum item do CARDÁPIO se atentar as substituições por similares, que estão descritas ao final do cardápio.

SEMANA	REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1 03/06/2024 - 07/06/2024	**Mais Merenda Entrada**	PÃO COM OVO CAFÉ COM LEITE	BOLO SEM RECHEIO E SEM COBERTURA ou PÃO COM PATÊ CHÁ OU SUCO	PÃO COM DOCE EM PASTA SUCO	TUBÉRCULO COZIDO OU ASSADO COMPOSTO LÁCTEO	PÃO COM MANTEIGA ou COMIDA TÍPICA CAFÉ COM LEITE
	Lanche	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL TUBÉRCULO ASSADO	ARROZ CANJIQUINHA PROTEÍNA ANIMAL SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL FAROFA SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL TUBÉRCULO ASSADO LEGUME REFOGADO
	Mais Merenda Saída	BISCOITO	FRUTA	BISCOITO	FRUTA	FRUTA
2 10/06/2024 - 14/06/2024	**Mais Merenda Entrada**	PÃO COM PROTEÍNA ANIMAL SUCO	BOLO SEM RECHEIO E SEM COBERTURA ou PÃO COM DOCE COMPOSTO LÁCTEO	TUBÉRCULO COZIDO OU ASSADO CAFÉ COM LEITE	PÃO COM MANTEIGA COMPOSTO LÁCTEO	PÃO COM DOCE EM PASTA/ COMIDA TÍPICA CHÁ OU SUCO
	Lanche	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL FAROFA COM LEGUMES	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL TUBERCÚLOS COZIDOS SALADA	ARROZ VIRADO DE FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL SALADA	MACARRÃO AO MOLHO PROTEÍNA ANIMAL LEGUME REFOGADO
	Mais Merenda Saída	BISCOITO	FRUTA	BISCOITO	FRUTA	BISCOITO

PADRONIZAÇÃO DO CARDÁPIO DAS ESCOLAS DO PARANÁ
PAUTA 9 - INDÍGENA/QUILOMBOLA
JUNHO 2024

Caso não possua algum item do CARDÁPIO se atentar as substituições por similares, que estão descritas ao final do cardápio.

SEMANA	REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
3 17/06/2024 - 21/06/2024	**Mais Merenda Entrada**	PÃO COM MANTEIGA CAFÉ COM LEITE	COMIDA TÍPICA/ BISCOITO COMPOSTO LÁCTEO	CEREAL DE MILHO ou BISCOITO COMPOSTO LÁCTEO	PÃO COM OVO ou MANTEIGA COMPOSTO LÁCTEO	PAVÊ DE BISCOITO COMPOSTO LÁCTEO
	Lanche	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL TUBÉRCULO ASSADO SALADA DE LEGUMES	SOPA DE FEIJÃO ou ARROZ MACARRÃO AO MOLHO PROTEÍNA ANIMAL SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL FAROFA SALADA	ARROZ FEIJÃO POLENTA CREMOSA PROTEÍNA ANIMAL SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL PURÊ SALADA
	Mais Merenda Saída	BISCOITO	BISCOITO	FRUTA	FRUTA	BISCOITO
4 24/06/2024 - 28/06/2024	**Mais Merenda Entrada**	PÃO COM OVO ou MANTEIGA COMPOSTO LÁCTEO	BISCOITO ou BOLO SEM COBERTURA E SEM RECHEIO CHÁ OU SUCO	PÃO COM OVO CAFÉ COM LEITE	BISCOITO CAFÉ COM LEITE	COMIDA TÍPICA/ PÃO COM MANTEIGA CHÁ OU COMPOSTO LÁCTEO
	Lanche	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL LEGUMES SALTEADOS	ARROZ MACARRÃO AO MOLHO VERMELHO PROTEÍNA ANIMAL SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL FAROFA SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL TUBERCÚLOS ASSADOS SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL CANJIQUINHA SALADA DE LEGUMES
	Mais Merenda Saída	BISCOITO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	BISCOITO

PADRONIZAÇÃO DO CARDÁPIO DAS ESCOLAS DO PARANÁ
PAUTA 9 - INDÍGENA/QUILOMBOLA
JULHO 2024

Caso não possua algum item do CARDÁPIO se atentar as substituições por similares, que estão descritas ao final do cardápio.

SEMANA	REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
5 01/07/2024 - 05//07/2024	Mais Merenda Entrada	PÃO COM OVO CHÁ OU COMPOSTO	BISCOITO LEITE COM CAFÉ	BOLO SEM COBERTURA E SEM RECHEIO ou PÃO COM DOCE COMPOSTO LÁCTEO	CEREAL DE MILHO OU/E BISCOITO COMPOSTO LÁCTEO	PÃO COM PATÊ ou MANTEIGA CHÁ OU SUCO
	Lanche	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL FAROFA NA MANTEIGA SALADA	ARROZ MACARRÃO AO MOLHO PROTEÍNA ANIMAL SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL PURÊ SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL LEGUME REFOGADO
	Mais Merenda Saída	BISCOITO	FRUTA	BISCOITO	FRUTA	BISCOITO ou COMIDA TÍPICA
6 22/07/2024 - 26/07/2024	Mais Merenda Entrada	DIA DE ESTUDO E PLANEJAMENTO	DIA DE ESTUDO E PLANEJAMENTO	PÃO COM OVO CHÁ OU SUCO	BOLOS SEM COBERTURA E SEM RECHEIO ou BISCOITO CAFÉ COM LEITE	TORTA SALGADA ou PÃO COM PATÊ SUCO
	Lanche			ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL FAROFA SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL LEGUME ASSADO	SOPA DE FEIJÃO ou CANJIQUINHA PROTEÍNA ANIMAL LEGUMES COZIDOS SALADA
	Mais Merenda Saída			BISCOITO	FRUTA	FRUTA

PADRONIZAÇÃO DO CARDÁPIO DAS ESCOLAS DO PARANÁ
PAUTA 9 - INDÍGENA/QUILOMBOLA
JULHO/AGOSTO 2024

Caso não possua algum item do CARDÁPIO se atentar as substituições por similares, que estão descritas ao final do cardápio.

SEMANA	REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
7 29/07/2024 - 02/08/2024	**Mais Merenda Entrada**	PÃO COM MANTEIGA CAFÉ COM LEITE	COMIDA TÍPICA/ BISCOITO COMPOSTO LÁCTEO	PÃO COM PATÊ ou MANTEIGA SUCO	CEREAL DE MILHO OU/E BISCOITO VITAMINA DE FRUTAS	BOLOS SEM COBERTURA E SEM RECHEIO ou BISCOITO CAFÉ COM LEITE
	Lanche	ARROZ PROTEÍNA ANIMAL POLENTA LEGUME REFOGADO	MACARRÃO AO MOLHO VERMELHO PROTEÍNA ANIMAL SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL FAROFA SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL LEGUME REFOGADO
	Mais Merenda Saída	BISCOITO	FRUTA	BISCOITO	FRUTA	FRUTA
8 05/08/2024 - 09//08/2024	**Mais Merenda Entrada**	PÃO COM MANTEIGA COMPOSTO LÁCTEO	BISCOITO CAFÉ COM LEITE	PÃO COM OVO CHÁ OU COMPOSTO LÁCTEO	COMIDA TÍPICA/ CEREAL ou BISCOITO COMPOSTO LÁCTEO	BOLO SEM COBERTURA E SEM RECHEIO ou BISCOITO CAFÉ COM LEITE
	Lanche	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL TUBÉRCULO ASSADO	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL FAROFA SALADA	POLENTA CREMOSA PROTEÍNA ANIMAL LEGUMES REFOGADOS	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL LEGUME REFOGADO
	Mais Merenda Saída	BISCOITO	FRUTA	BISCOITO	FRUTA	BISCOITO

PADRONIZAÇÃO DO CARDÁPIO DAS ESCOLAS DO PARANÁ
PAUTA 9 - INDÍGENA/QUILOMBOLA
AGOSTO 2024

Caso não possua algum item do CARDÁPIO se atentar as substituições por similares, que estão descritas ao final do cardápio.

SEMANA	REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
9 12/08/2024 - 16/08/2024	**Mais Merenda Entrada**	PÃO COM OVO CHÁ OU SUCO	CEREAL DE MILHO OU/E BISCOITO COMPOSTO LÁCTEO	BISCOITO COMPOSTO LÁCTEO	PÃO COM QUEIJO* OU MANTEIGA CAFÉ COM LEITE	BOLO SEM COBERTURA E SEM RECHEIO CHÁ OU SUCO
	Lanche	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL LEGUMES REFOGADOS	SOPA DE LEGUMES ou MACARRÃO AO MOLHO PROTEÍNA ANIMAL FAROFA SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL SALADA	ARROZ FAROFA DE FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL SALADA
	Mais Merenda Saída	BISCOITO	FRUTA	FRUTA	COMIDA TÍPICA/ BISCOITO	FRUTA
10 19/08/2024 - 23//08/2024	**Mais Merenda Entrada**	PÃO COM QUEIJO CHÁ OU COMPOSTO LÁCTEO	BISCOITO CAFÉ COM LEITE	**PREVISÃO DATA PROVA PARANÁ** (VERIFICAR DIVERSIFICAÇÃO DO CARDÁPIO AO FINAL) BOLO CAFÉ COM LEITE *OU ALGUMA COMIDA TÍPICA	SANDUÍCHE NATURAL SUCO *OU ALGUMA COMIDA TÍPICA	CEREAL DE MILHO OU/E BISCOITO COMPOSTO LÁCTEO
	Lanche	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL FAROFA DE LEGUMES	ARROZ PROTEÍNA ANIMAL TUBÉRCULO - BATATA/ AIPIM ASSADO SALADA *OU ALGUMA COMIDA TÍPICA	MACARRÃO PROTEÍNA ANIMAL AO MOLHO DE TOMATE SALADA *OU ALGUMA COMIDA TÍPICA	ARROZ VIRADO DE FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL LEGUME REFOGADO
	Mais Merenda Saída	BISCOITO	FRUTA	SALADA DE FRUTA	BISCOITO ou PUDIM	BISCOITO

PADRONIZAÇÃO DO CARDÁPIO DAS ESCOLAS DO PARANÁ
PAUTA 9 - INDÍGENA/QUILOMBOLA
AGOSTO 2024

Caso não possua algum item do CARDÁPIO se atentar as substituições por similares, que estão descritas ao final do cardápio.

SEMANA	REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
11 26/08/2024 - 30//08/2024	**Mais Merenda Entrada**	PÃO COM MANTEIGA COMPOSTO LÁCTEO	COMIDA TÍPICA / BISCOITO LEITE COM CAFÉ	PÃO COM OVO CHÁ OU SUCO	BOLO SIMPLES ou BISCOITO CAFÉ COM LEITE	TORTA SALGADA ou PÃO COM PATÊ SUCO
	Lanche	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL SALADA	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE PROTEÍNA ANIMAL SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL FAROFA SALADA	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL LEGUME ASSADO	ARROZ FEIJÃO PROTEÍNA ANIMAL CANJIQUINHA SALADA
	Mais Merenda Saída	BISCOITO	FRUTA	BISCOITO	FRUTA	FRUTA

OPÇÕES PARA VARIAÇÃO DO CARDÁPIO:

1. ARROZ: risoto, arroz com cenoura em cubos, galinhada, arroz de forno com queijo e molho vermelho, baião de dois (arroz com feijão, queijo, cebola, cebolinha e um pouco de carne).
2. BISCOITO: qualquer biscoito/bolacha disponível em estoque entra nessa categoria.
3. BOLO SIMPLES, SEM RECHEIO E SEM COBERTURA: bolo de fubá, bolo de chocolate, bolo de banana, bolo de maçã, bolo de cenoura, bolo de laranja, bolo de milho OU pão com doce em pasta ou doce de leite ou biscoito.
4. CEREAL DE MILHO: Biscoito, fruta.
5. COMPOSTO: café com leite, composto de banana e maçã, coco, composto lácteo cappuccino, composto lácteo morango, composto lácteo baunilha, composto lácteo de chocolate ou leite batido com fruta.
6. DOCE EM PASTA: doce caseiro de banana, doce caseiro de abóbora, doce de leite caseiro, geleia de morango, geleia de laranja, geleia de uva, geleia de abacaxi. Ver outras opções de recheio para pão no item 11.
7. FAROFA: farofa na manteiga, farofa de legumes, farinha de milho com proteína animal (ovo), farofa de banana, farofa de couve, pode ser usada a farinha de milho ou de mandioca para fazer tutu ou virado de feijão.
8. FEIJÃO: virado de feijão, tutu de feijão, sopa de feijão com macarrão, feijão com linguiça.
9. IOGURTE OU BEBIDA LÁCTEA: composto lácteo, leite batido com fruta (ex.: banana, mamão ou abacate), café com leite.
10. LEGUMES E VERDURAS: acelga, agrião, alface, brócolis, abobrinha, cenoura, chuchu, couve-flor, beterraba, tomate, repolho, etc.
11. PÃO COM OVO MEXIDO: PÃO COM QUEIJO, pão com manteiga, pão com patê (ver opções no item 12), PÃO COM REQUEIJÃO, biscoito salgado com patê ou manteiga, pão com maionese de leite, sanduíche natural, pão com linguiça, caso não tenha pão: batata doce assada.
12. PATÊ: patê de milho, patê de frango, patê de ovo, patê de cenoura, patê de ricota, patê de atum ou sardinha. Ver mais opções de recheio para pão no item 11.
13. PAVÊ DE BISCOITO: PUDIM, manjar cremoso de coco (com composto lácteo), sobremesa cremosa de baunilha com banana caramelizada; CREME DE BAUNILHA (composto lácteo) servido com com biscoito doce, bolo simples, pão com doce em pasta.
14. POLENTA: quirera, canjiquinha, purê de batata, creme de milho, creme de abóbora, creme de mandioca.
15. PROTEÍNA ANIMAL: carne suína, carne bovina moída, carne bovina em cubos, peito de frango, coxa e sobrecoxa de frango, linguiça de frango, filé de tilápia, empanado de frango, empanado de peixe, quibe com carne, ovo, estrogonofe, fricassê, escondidinho (batata ou mandioca por cima da carne bovina ou frango desfiado), frango xadrez.

16. PURÊ: purê/creme de abóbora, purê de batata doce, purê de batata-salsa, purê de batata com espinafre, purê de batata, purê de cenoura, creme de milho, creme de couve flor, etc.
17. SALADA DE FRUTAS: ou somente um tipo de fruta ou biscoito.
18. SANDUÍCHE NATURAL: Pão com patê de frango desfiado, cenoura ralada e alface; Pão com carne, tomate e cenoura; Pão com requeijão, atum, alface e cenoura; OU Pão com manteiga.
19. SOBREMESA CREMOSA DE BAUNILHA COM BANANA CARAMELIZADA: ver outras opções no item 13.
20. SOPA: Sopa de feijão e macarrão; Sopa de legumes, macarrão e proteína animal; sopa de fubá com couve e proteína animal (linguiça); Sopa/Creme de abóbora e batata servida com carne moída ao molho vermelho, sopa de quirerinha com carne de porco, cebolinha e cenoura.
21. TORTA SALGADA: torta de frango, torta de legumes, torta de frango com espinafre, torta de carne moída, torta de sardinha ou atum. OU pode ser oferecida uma opção mencionada no item 11 acima.
22. TUBÉRCULOS: batata inglesa, batata-salsa, batata doce, cará, inhame, mandioca (aipim).
23. **COMIDAS TÍPICAS**: Broa de fubá, Canjica Branca Salgada com Carne, Canjiquinha, Feijão com canjica, bolo de trigo, receitas com fubá, virado de feijão, bolo de mandioca/aipim, etc.

PROVA PARANÁ: Nestes dias, a escola é autorizada a fazer preparações diferenciadas desde que a base do cardápio seja executada, veja os exemplos abaixo.

Exemplo 1 – Refeição: Arroz, feijão, carne assada com mandioca/aipim ou batatas e salada.

Exemplo 3 – Refeição: Arroz, canjica branca salgada com carne e salada.

Exemplo 4 – Refeição: Arroz, feijão, milho cozido, carne assada e salada.

Exemplo 5 –Mais Merenda: Broa de fubá e chá ou suco

Exemplo 6 –Mais Merenda: Bolo simples de trigo e suco

Exemplo 7 –Mais Merenda: Bolo de mandioca/aipim e café com leite.

OBSERVAÇÃO: Os alimentos descritos no cardápio, que NÃO compõem a 3ª remessa podem ser adquiridos com a verba destinada ao Programa Mais Merenda.

Ao substituir os alimentos, realizar as trocas de acordo com as opções acima e consumir os mais próximos do vencimento.