

Cardápio elaborado por Bruna Maia Santos - CRN8 - 16590 e aprovado por Andrea Bruginski - Nutricionista RT - CRN8 - 444



# Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

## PAUTA 9 - Indígena/Quilombola

### ABRIL/MAIO 2025



Caso não possua algum item do CARDÁPIO se atentar às substituições por similares, descritas no final do cardápio.

| Semana                             | Refeição/dia         | Segunda-feira                                                            | Terça-feira                                                   | Quarta-feira                                                          | Quinta-feira                                    | Sexta-feira                                             |
|------------------------------------|----------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| 1<br>14/04/2025<br>-<br>18/04/2025 | Mais Merenda Entrada | Biscoito<br>Chá ou suco                                                  | Vitamina de frutas                                            | Bolo<br>Leite com achocolatado                                        | Recesso escolar                                 | Feriado                                                 |
|                                    | Lanche da manhã      | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>Proteína animal<br>Salada            | Macarrão com molho<br>Proteína animal<br>Salada               | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>Proteína animal<br>Legumes        |                                                 |                                                         |
|                                    | Mais Merenda Saída   | Fruta                                                                    | Pão com manteiga                                              | Fruta                                                                 |                                                 |                                                         |
| 2<br>21/04/2025<br>-<br>25/04/2025 | Mais Merenda Entrada | Feriado                                                                  | Biscoito<br>Chá ou suco                                       | Vitamina de frutas                                                    | Cereal de milho<br>Leite                        | Salada de frutas                                        |
|                                    | Lanche da manhã      |                                                                          | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>Proteína animal<br>Salada | Quirera/canjiquinha<br>Proteína animal com molho<br>Legumes refogados | Macarrão com molho<br>Proteína animal<br>Salada | Arroz simples<br>Barreado<br>Farofa de banana<br>Salada |
|                                    | Mais Merenda Saída   |                                                                          | Fruta                                                         | Bolo                                                                  | Fruta                                           | Pão com doce                                            |
| 3<br>28/04/2025<br>-<br>02/05/2025 | Mais Merenda Entrada | Pão com manteiga<br>Chá ou suco                                          | Cereal de milho<br>Vitamina de fruta                          | Estudo e planejamento                                                 | Feriado                                         | Recesso escolar                                         |
|                                    | Lanche da manhã      | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>Proteína animal<br>Legumes refogados | Macarrão<br>Proteína animal com<br>molho<br>Salada            |                                                                       |                                                 |                                                         |
|                                    | Mais Merenda Saída   | Fruta                                                                    | Pipoca                                                        |                                                                       |                                                 |                                                         |

Cardápio elaborado por Bruna Maia Santos - CRN8 - 16590 e aprovado por Andrea Bruginski - Nutricionista RT - CRN8 - 444



# Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

## PAUTA 9 - Indígena/Quilombola

### MAIO 2025



Caso não possua algum item do CARDÁPIO se atentar às substituições por similares, descritas no final do cardápio.

| Semana                             | Refeição/dia         | Segunda-feira                                                           | Terça-feira                                                             | Quarta-feira                                                         | Quinta-feira                                                    | Sexta-feira                                                       |
|------------------------------------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 4<br>05/05/2025<br>-<br>09/05/2025 | Mais Merenda Entrada | Vitamina de fruta                                                       | Bolo<br>Chá ou suco                                                     | Pão com manteiga<br>Chá ou suco                                      | Salada de fruta                                                 | Pão com doce<br>Chá ou suco                                       |
|                                    | Lanche da manhã      | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>Proteína animal ao molho<br>Legumes | Macarrão com molho<br>Proteína animal<br>Salada                         | Arroz simples<br>Estrogonofe de proteína animal<br>Legumes           | Arroz com ervilha<br>Proteína animal com molho<br>Salada        | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>Proteína animal<br>Legumes    |
|                                    | Mais Merenda Saída   | Pipoca                                                                  | Fruta                                                                   | Fruta                                                                | Pão de queijo                                                   | Fruta                                                             |
| 5<br>12/05/2025<br>-<br>16/05/2024 | Mais Merenda Entrada | Cereal de milho<br>Leite                                                | Vitamina de fruta                                                       | Canjica doce                                                         | Bolo<br>Chá ou suco                                             | Pão com ovo<br>Chá ou suco                                        |
|                                    | Lanche da manhã      | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>Proteína animal<br>Farofa<br>Salada | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>Proteína animal<br>Legumes ao forno | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>Proteína animal<br>Salada        | Arroz simples<br>Proteína animal com legume<br>Farofa<br>Salada | Macarrão com molho<br>Proteína animal<br>Legume refogado          |
|                                    | Mais Merenda Saída   | Fruta                                                                   | Bolo                                                                    | Fruta                                                                | Pipoca                                                          | Fruta                                                             |
| 6<br>19/05/2025<br>-<br>23/05/2025 | Mais Merenda Entrada | Biscoito<br>Vitamina de fruta                                           | Pão com manteiga<br>Leite com achocolatado                              | Pão com patê<br>Chá ou suco                                          | Bolo<br>Chá ou suco                                             | Quirera doce                                                      |
|                                    | Lanche da manhã      | Arroz simples<br>Proteína animal ao molho<br>Farofa<br>Salada           | Fritatta de macarrão<br>Legumes refogados                               | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>Proteína animal ou PTS<br>Salada | Escondidinho de batata ou canjica com proteína animal<br>Salada | Arroz carreteiro (com proteína animal, milho e ervilha)<br>Salada |
|                                    | Mais Merenda Saída   | Pipoca                                                                  | Bolo                                                                    | Fruta                                                                | Fruta                                                           | Cereal de milho                                                   |



# Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

## PAUTA 9 - Indígena/Quilombola

### MAIO/JUNHO 2025



Caso não possua algum item do CARDÁPIO se atentar às substituições por similares, descritas no final do cardápio.

| Semana                             | Refeição/dia         | Segunda-feira                                                                    | Terça-feira                                                   | Quarta-feira                                                           | Quinta-feira                                                   | Sexta-feira                                                   |
|------------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| 7<br>26/05/2025<br>-<br>30/05/2025 | Mais Merenda Entrada | Pão com manteiga<br>Chá ou suco                                                  | Salada de frutas                                              | Canjica doce                                                           | Pão com patê<br>Chá ou suco                                    | Vitamina de frutas                                            |
|                                    | Lanche da manhã      | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>Proteína animal<br>Farofa<br>Salada          | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>Proteína animal<br>Salada | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>PTS ou proteína animal<br>Legumes  | Macarrão<br>Carne bovina ao molho<br>Salada                    | Frittata de macarrão<br>Legumes refogados                     |
|                                    | Mais Merenda Saída   | Fruta                                                                            | Bolo                                                          | Fruta                                                                  | Fruta                                                          | Biscoito                                                      |
| 8<br>02/06/2025<br>-<br>06/06/2025 | Mais Merenda Entrada | Pão com manteiga<br>Chá ou suco                                                  | Bolo de banana<br>Chá ou suco                                 | Pão com doce de casca de banana<br>Chá ou suco                         | Vitamina de frutas                                             | Pão com patê<br>Chá ou suco                                   |
|                                    | Lanche da manhã      | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>Proteína animal com tubérculo<br>Salada      | Macarrão<br>Proteína animal com molho<br>Salada               | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>Proteína animal ao molho<br>Salada | Arroz simples<br>Virado de Feijão<br>Proteína animal<br>Salada | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>Proteína animal<br>Salada |
|                                    | Mais Merenda Saída   | Fruta                                                                            | Pipoca                                                        | Fruta                                                                  | Bolo                                                           | Pão de queijo                                                 |
| 9<br>09/06/2025<br>-<br>13/06/2025 | Mais Merenda Entrada | Salada de frutas                                                                 | Pão com doce<br>Chá ou suco                                   | Bolo<br>Chá ou suco                                                    | Pão caseiro de talos com manteiga<br>Leite com achocolatado    | 3ª remessa                                                    |
|                                    | Lanche da manhã      | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>Proteína animal<br>Farofa de couve<br>Salada | Arroz simples<br>Proteína animal<br>Farofa<br>Salada          | Macarrão<br>Proteína animal ao molho<br>Legumes refogados              | Arroz simples<br>Feijão em caldo<br>PTS crocante<br>Salada     |                                                               |
|                                    | Mais Merenda Saída   | Bolo de milho                                                                    | Torta de legumes                                              | Fruta                                                                  | Fruta                                                          |                                                               |

# Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

## PAUTA 9 - Indígena/Quilombola

### OPÇÕES PARA VARIAÇÃO DO CARDÁPIO:

- 1.ARROZ: risoto de legumes, arroz, arroz com cenoura, ervilha ou outros legumes.
- 2.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, pão com doce em pasta, doce de leite, biscoito, pão doce (chineque). Ou alguma das opções mencionadas no item 13.
- 3.SALADA DE FRUTAS: fruta, barrinha de fruta, vitamina de fruta.
- 4.CAFÉ COM LEITE OU COMPOSTO: composto (qualquer sabor), leite batido com fruta (vitamina), leite com achocolatado, geladinho ou milkshake de composto (gelo de composto batido com leite), café mocha (composto de café com leite com achocolatado), cappuccino (composto de café com leite com canela).
- 5.CANJICA DOCE: 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, pão com doce em pasta, arroz doce (feito com composto lácteo), a doce, sagu, mousse composto lácteo, sobremesa cremosa de composto lácteo.
- 6.CHÁ: suco, leite com achocolatado ou opções mencionadas no item 4.
- 7.DOCE EM PASTA: doce caseiro de banana, doce caseiro de abóbora, doce de leite caseiro, geleia de fruta. Ver outras opções de recheio para pão no item 13.
- 8.BARREADO: proteína animal ao molho, assada, refogada ou ensopada.
- 9.FAROFA: farofa na manteiga, farofa de legumes, farinha de milho com proteína animal (ovo), farofa de banana, farofa de couve, tutu ou virado de feijão.
- 10.FEIJÃO: virado de feijão, tutu de feijão, sopa de feijão com macarrão, creme de ervilha.
- 11.VITAMINA DE FRUTA: iogurte, composto lácteo, bebida láctea, café com leite, leite com achocolatado.
- 12.LEGUMES E VERDURAS: acelga, agrião, alface, brócolis, abobrinha, cenoura, chuchu, couve-flor, tomate, repolho etc.
- 13.PÃO COM OVO MEXIDO: pão com queijo, pão com manteiga, pão com patê (ver opções no item 14), pão com requeijão caseiro, biscoito salgado com patê ou manteiga, pão com maionese de leite, sanduíche natural, pão com linguiça, pão com frango desfiado, pão com carne moída, pão com maionese de inhame (cozida e batida com óleo, sal, alho e cebolinha ou salsinha), pão com pernil em cubos, pão com paleta suína ao molho. Caso não tenha pão: batata-doce cozida ou assada ou omelete.



# Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

## PAUTA 9 - Indígena/Quilombola



- 14.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 13.
- 15.POLENTA: quixerinha/canjiquinha, frittata de macarrão, purê de batata, creme de milho, creme de abóbora, creme de mandioca, macarrão, macarrone (com maionese de leite ou inhame).
- 16.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, mandioca ou canjica por cima da carne bovina ou frango desfiado), frango xadrez.
- 17.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, creme de ervilha, purê de canjica etc.
- 18.ARROZ CARRETEIRO: baião-de-dois com carne ou PTS, galinhada (arroz com frango), arroz com ervilha, arroz de forno, risoto, galinhada, quibe de PTS.
- 19.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, pão com manteiga.
- 20.SOPA: sopa de feijão e macarrão, sopa de legumes, macarrão e proteína animal, sopa de fubá com couve e proteína animal, sopa/creme de abóbora e batata servida com carne moída ao molho vermelho, sopa de inha com carne de porco, cebolinha e cenoura, canja de galinha, sopa de legumes com arroz e proteína animal.
- 21.TORTA SALGADA: pão caseiro de talos, frittata de macarrão, torta de frango, torta de legumes e talos, torta de carne moída, torta de sardinha ou atum. Ou alguma das opções mencionadas no item 13.
- 22.TUBÉRCULOS: batata inglesa, batata-salsa, batata-doce, cará, inhame, mandioca (aipim).
- 23.PÃO COM DOCE: pão com doce de leite e banana picada em cima ou separada (opcional: canela), pão com doce de casca de banana, pão doce (chineque), pão com doce em pasta e fruta picada em cima ou fruta separada.
25. PÃO DE QUEIJO: fruta, chipa, palito de queijo, pão de queijo vegano, bolo, biscoito de polvilho. Ou alguma das opções mencionadas nos itens 2 e 13.



# Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

## PAUTA 9 - Indígena/Quilombola



O estabelecimento de ensino deverá seguir o **Cardápio Padrão**, entretanto poderá preparar algo diferenciado em **datas comemorativas** e **dias de provas oficiais** como: Dia do Estudante, Dia das Crianças, Olimpíada de Matemática, Festa Junina, Páscoa, Dia D e Prova Paraná conforme exemplos abaixo. Os itens para complementar o Cardápio com a cota especial Mais Merenda só podem ser adquiridos se estiverem na lista GRF. Reforçamos que os produtos que não constam nessa lista não podem ser comprados com esse recurso.

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

Exemplo 2 – Refeição: Arroz, canjica branca salgada com carne e salada.

Exemplo 3 – Refeição: Arroz, feijão, milho cozido, carne assada e salada.

Exemplo 4 –Mais Merenda: Broa de fubá e chá ou suco

Exemplo 5 –Mais Merenda: Bolo simples de trigo e suco

Exemplo 6 –Mais Merenda: Bolo de mandioca/aipim e café com leite.

**OBSERVAÇÃO:** Os alimentos descritos no cardápio, que NÃO compõem a remessa podem ser adquiridos com a verba destinada ao Programa Mais Merenda. Ao substituir os alimentos, realizar as trocas de acordo com as opções mencionadas e consumir primeiro os itens mais próximos do vencimento.



ePROTOCOLO

**Correspondência Interna 075/2024.**

Documento: **PAUTA9\_2Remessa.pdf.**

Assinatura Avançada realizada por: **Bruna Maia Santos (XXX.112.849-XX)** em 06/03/2025 16:43, **Andrea Bruginski (XXX.745.409-XX)** em 06/03/2025 16:54 Local: FUN/DIT/DNA.

Inserido ao documento **832.408** por: **Priscila da Silva Gervasio** em: 06/03/2025 16:32.



Documento assinado nos termos do Art. 38 do Decreto Estadual nº 7304/2021.

A autenticidade deste documento pode ser validada no endereço:

**<https://www.eprotocolo.pr.gov.br/spiweb/validarDocumento>** com o código:  
**9f57b6d7f62cf653785d53a97d3f0133.**