



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 9 - Indígena/Quilombola

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
1 09/06/2025 - 13/06/2025	Mais Merenda Entrada					Biscoito Composto lácteo
	Lanche da manhã	2ª remessa	2ª remessa	2ª remessa	2ª remessa	Macarrão com molho Proteína animal Legumes assados
	Mais Merenda Saída					Fruta
2 16/06/2025 - 20/06/2025	Mais Merenda Entrada	Pão com manteiga Leite com achocolatado	Bolo Chá mate ou suco	Canjica doce	Feriado	Recesso
	Lanche da manhã	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes	Macarrão Proteína animal com molho Salada	Arroz simples Barreado Farofa de casca de banana Legumes		
	Mais Merenda Saída	Fruta	Biscoito	Fruta		
3 23/06/2025 - 27/06/2025	Mais Merenda Entrada	Pão com doce Chá mate ou suco	Salada de frutas	Sagu	Torta de legumes e talos Chá mate ou suco	Pão com manteiga Leite com achocolatado
	Lanche da manhã	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes assados	Arroz simples Tutu de feijão Proteína animal Salada	Macarrão com molho Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Quibe de forno Legumes refogados
	Mais Merenda Saída	Barrinha de fruta	Bolo	Fruta	Biscoito	Fruta

Cardápio elaborado por Bruna Maia Santos CRN-8 16590, Nicole Cristina Angelote CRN-8 18360 e Rafaela Karoline de Melo de Lima CRN-8 17999 e aprovado por Andrea Bruginski CRN-8 444 - Nutricionista RT



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 9 - Indígena/Quilombola

JUNHO/JULHO/AGOSTO 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 30/06/2025 - 04/07/2025	Mais Merenda Entrada	Biscoito Leite com achocolatado	Pão com doce de banana Chá mate ou suco	Bolo de casca de banana Composto lácteo	Canjica doce	Salada de frutas
	Lanche da manhã	Arroz simples Proteína animal ao molho Feijão em caldo Legumes assados	Macarrão com molho Proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes assados	Arroz simples Estrogonofe de proteína animal Chips de casca de legumes Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados
	Mais Merenda Saída	Pão com manteiga	Fruta	Biscoito	Fruta	Biscoito
5 07/07/2025 - 11/07/2025	Mais Merenda Entrada	Pão com manteiga Leite com achocolatado	Salada de frutas	Sagu	Recesso escolar	Recesso escolar
	Lanche da manhã	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Polenta Frango com molho Salada		
	Mais Merenda Saída	Fruta	Bolo	Fruta		
6 28/07/2025 - 01/08/2025	Mais Merenda Entrada	Biscoito Composto lácteo	Pão com doce Chá mate ou suco	Salada de frutas	Torta salgada Chá mate ou suco	Pão com manteiga Leite com achocolatado
	Lanche da manhã	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Proteína animal com molho Farofa com talos e folhas Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Salada	Macarrão com molho Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Virado de feijão Proteína animal Legumes assados
	Mais Merenda Saída	Bolo	Fruta	Pão com patê de talos	Fruta	Biscoito

Cardápio elaborado por Bruna Maia Santos CRN-8 16590, Nicole Cristina Angelote CRN-8 18360 e Rafaela Karoline de Melo de Lima CRN-8 17999 e aprovado por Andrea Bruginiski CRN-8 444 - Nutricionista RT



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 9 - Indígena/Quilombola

AGOSTO 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 04/08/2025 - 08/08/2025	Mais Merenda Entrada	Biscoito Leite com achocolatado	Pão com doce Chá mate ou suco	Torta de legumes e talos Chá mate ou suco	Canjica doce	Salada de frutas
	Lanche da manhã	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Salada	Macarrão ao molho Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Feijão em caldo Quibe de forno Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Escondidinho de batata com proteína animal Legumes refogados
	Mais Merenda Saída	Bolo	Fruta	Fruta	Pão de talos com manteiga	Bolo
8 11/08/2025 - 15/08/2025	Mais Merenda Entrada	Pão com manteiga Leite com achocolatado	Vitamina ou creme de fruta	Pão com doce Chá mate ou suco	Salada de frutas	Pão com patê Chá mate ou suco
	Lanche da manhã	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Salada	Arroz simples Virado de Feijão Proteína animal Legumes assados	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal ao molho Salada	Macarrão Proteína animal com molho Legumes refogados	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados
	Mais Merenda Saída	Fruta	Biscoito	Fruta	Torta salgada	Bolo de banana com casca
9 18/08/2025 - 22/08/2025	Mais Merenda Entrada	Biscoito Composto lácteo	Pão com doce Leite com achocolatado	Sagu	Bolo de casca de cenoura Chá mate ou suco	Estudo e planejamento
	Lanche da manhã	Arroz simples Polenta Proteína animal com molho Salada	Macarrão Proteína animal ao molho Legumes refogados	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal com molho Legumes assados	
	Mais Merenda Saída	Torta de salgada	Fruta	Fruta	Pão com manteiga	

Cardápio elaborado por Bruna Maia Santos CRN-8 16590, Nicole Cristina Angelote CRN-8 18360 e Rafaela Karoline de Melo de Lima CRN-8 17999 e aprovado por Andrea Bruginski CRN-8 444 - Nutricionista RT



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 9 - Indígena/Quilombola

AGOSTO/SETEMBRO 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
10 25/08/2025 - 29/08/2025	Mais Merenda Entrada	Pão com manteiga Composto lácteo	Bolo Chá mate ou suco	Pão com patê Chá mate ou suco	4ª remessa	4ª remessa
	Lanche da manhã	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Macarrão com molho Proteína animal Legumes assados	Pachola (arroz cozido com pedaços de frango e cenoura) Salada		
	Mais Merenda Saída	Biscoito	Fruta	Fruta		
11 01/09/2025 - 05/09/2025	Mais Merenda Entrada	Cereal de milho Leite	Biscoito Composto lácteo	Bolo Chá mate ou suco	Salada de frutas	Pão com patê Chá mate ou suco
	Lanche da manhã	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal com molho Legumes	Arroz simples Barreado Farofa de casca de banana Legumes	Arroz simples Virado de feijão Proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes gratinados	Macarrão Proteína animal com molho Salada
	Mais Merenda Saída	Fruta	Barrinha de fruta	Fruta	Pão com doce	Fruta
12 08/09/2025 - 12/09/2025	Mais Merenda Entrada	Pão com doce Chá mate ou suco	Torta de legumes e talos Chá mate ou suco	Pão com maionese caseira Chá mate ou suco	Salada de frutas	Cereal de milho Leite
	Lanche da manhã	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Salada	Macarrão com molho Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Tutu de feijão Proteína animal Salada	Arroz simples Proteína animal ao molho Feijão em caldo Legumes assados	Arroz simples Estrogonofe de proteína animal Chips de casca de legumes Salada
	Mais Merenda Saída	Fruta	Fruta	Bolo	Biscoito	Fruta

Cardápio elaborado por Bruna Maia Santos CRN-8 16590, Nicole Cristina Angelote CRN-8 18360 e Rafaela Karoline de Melo de Lima CRN-8 17999 e aprovado por Andrea Bruginski CRN-8 444 - Nutricionista RT



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 9 - Indígena/Quilombola

AGOSTO 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
13 15/09/2025 - 19/09/2025	Mais Merenda Entrada	Pão com manteiga Chá mate ou suco	Pão com doce Chá mate ou suco	4ª remessa	4ª remessa	4ª remessa
	Lanche da manhã	Arroz simples Proteína animal ao molho Feijão em caldo Legumes assados	Macarrão com molho Proteína animal Salada			
	Mais Merenda Saída	Fruta	Biscoito			

Cardápio elaborado por Bruna Maia Santos CRN-8 16590, Nicole Cristina Angelote CRN-8 18360 e Rafaela Karoline de Melo de Lima CRN-8 17999 e aprovado por Andrea Bruginski CRN-8 444 - Nutricionista RT



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 9 - Indígena/Quilombola



PLAN PNAE

Semana	Calorias	Proteína	Lipídio	Carboidrato	Sódio
Semana 1	560 kcal	26,9 g	19,2 g	70,1 g	351,1 mg
Semana 2	538 kcal	17,8 g	9,9 g	187,3 g	205,3 mg
Semana 3	644,5 kcal	32,6 g	14,3 g	97,9 g	251,7 mg
Semana 4	634,3 kcal	31,9 g	15,3 g	92,4 g	328,8 mg
Semana 5	602,7 kcal	26,9 g	14,6 g	91,9g	265 mg
Semana 6	632,6 kcal	32,4 g	16,7 g	89,1 g	318,2 mg
Semana 7	599,2 kcal	30,7 g	15,6 g	84,8 g	329,8 mg
Semana 10	610,4 kcal	35,2 g	15,2 g	84 g	308,7 mg
Semana 11	547,3 kcal	24 g	14,9 g	80 g	286,7 mg
Semana 12	456,4 kcal	25,8 g	13 g	60,1 g	273 mg
Semana 13	652,4 kcal	27,6 g	20,8 g	89,7 g	252,7 mg
Semana 14	657,4 kcal	27,8 g	20,8 g	91 g	253,4 mg
Semana 15	540 kcal	24,7 g	13,1 g	84,6 g	231 mg

Cardápio elaborado por Bruna Maia Santos CRN-8 16590, Nicole Cristina Angelote CRN-8 18360 e Rafaela Karoline de Melo de Lima CRN-8 17999 e aprovado por Andrea Bruginski CRN-8 444 - Nutricionista RT

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 14.
- 3.SALADA DE FRUTAS: fruta, barrinha de fruta, vitamina de fruta, creme de fruta.
- 4.SUCO 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/SOBREMESA CREMOSA DE COMPOSTO: 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), sagu, mousse composto lácteo, sobremesa cremosa de composto lácteo ou ver opções do item 14.
- 6.CHÁ MATE: suco, leite com achocolatado, água de coco ou opções mencionadas no item 4.
7. ÁGUA DE COCO: Chá mate, café com leite, composto lácteo, suco, leite com achocolatado ou opções mencionadas no item 4.
- 8.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 14.
- 9.BARREADO: proteína animal ao molho, assada, refogada ou ensopada.
- 10.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.
- 11.FEIJÃO: virado de feijão, tutu de feijão, sopa de feijão com macarrão, creme de ervilha.
- 12.VITAMINA DE FRUTA: iogurte, composto lácteo, bebida láctea, café com leite, leite com achocolatado.
- 13.LEGUMES E VERDURAS: acelga, agrião, alface, brócolis, abobrinha, cenoura, chuchu, couve-flor, tomate, repolho etc.
- 14.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

- 15.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 14.
- 16.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).
- 17.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.
- 18.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.
- 19.PACHOLA: baião-de-dois com carne ou PTS, galinhada (arroz com frango), arroz com ervilha, arroz de forno, risoto, galinhada, quibe de PTS, arroz carreteiro.
- 20.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.
- 21.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.
- 22.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 14.
- 23.TUBÉRCULOS: batata inglesa, batata-salsa, batata-doce, cará, inhame, mandioca (aipim).
- 24.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 14.

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. Enfatiza-se que, mesmo que a oferta de alimentos e preparações diferentes em dias comemorativos ocorra por meio de doações ou aquisição com recurso da cota especial, todo alimento consumido no ambiente escolar se configura alimentação escolar.

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 mate 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.

Correspondência Interna 033/2025.

Documento: **PAUTA93REMESSA2025.pdf**.

Assinatura Avançada realizada por: **Bruna Maia Santos (XXX.112.849-XX)** em 11/07/2025 12:51 Local: FUN/DNA/CPA, **Andrea Bruginski (XXX.745.409-XX)** em 14/07/2025 13:24 Local: FUN/DNA/CTAE.

Assinatura Simples realizada por: **Rafaela Karoline de Melo de Lima (XXX.263.189-XX)** em 11/07/2025 11:46, **Nicole Cristina Angelote (XXX.120.859-XX)** em 11/07/2025 12:50.

Inserido ao documento **1.601.229** por: **Rafaela Karoline de Melo de Lima** em: 11/07/2025 11:46.



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:
38999b5bfa69a6ec60e04afc1239ff51.