



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 3

ABRIL 2026



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 20/04/2026 - 24/04/2026	Mais Merenda Entrada	1ª REMESSA	1ª REMESSA	1ª REMESSA	1ª REMESSA	Biscoito Chá mate ou suco
	Lanche da manhã					Bolo simples Composto Lácteo
	Almoço					Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes assados
	Lanche da tarde					Pão com ovo mexido Chá mate ou suco
	Mais Merenda Saída					Fruta
2 27/04/2026 - 30/04/2026	Mais Merenda Entrada	Biscoito Composto lácteo	Pão com ovo Chá mate ou suco	Cuca simples Chá mate ou suco	Torrada Chá mate ou suco	FERIADO
	Lanche da manhã	Torrada com patê Chá mate ou suco	Torta salgada Chá mate ou suco	Pão com patê de cenoura Chá mate ou suco	Biscoito Composto lácteo	
	Almoço	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Macarrão ao sugo Proteína animal Legumes assados	Arroz simples Virado de feijão Proteína animal ao molho Salada	Arroz verdinho Feijão em caldo Proteína animal Salada	
	Lanche da tarde	Mingau de Composto lácteo	Sanduíche natural Chá mate ou suco	Biscoito Composto lácteo	Vitamina de fruta	
	Mais Merenda saída	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 3

MAIO 2026



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
3 04/05/2026 - 08/05/2026	Mais Merenda Entrada	Biscoito doce Composto láteo	Sanduíche natural Chá mate ou suco	Torta salgada Chá mate ou suco	Pão com doce Chá mate ou suco	Pão com ovo Composto láteo
	Lanche da manhã	Arroz doce	Bolo simples Composto Lácteo	Pão com requeijão caseiro Chá mate ou suco	Biscoito Chá mate ou suco	Torrada Chá mate ou suco
	Almoço	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz primavera Tutu de feijão Proteína animal Salada	Macarrão ao molho Proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Farofa de couve Legumes assados
	Lanche da tarde	Pão com patê Chá mate ou suco	Biscoito Chá mate ou suco	Torrada Composto lácteo	Fruta Composto lácteo	Biscoito Chá mate ou suco
	Mais Merenda Saída	Barrinha de fruta	Fruta	Fruta	Biscoito	Fruta
4 11/05/2026 - 14/05/2026	Mais Merenda Entrada	Biscoito Composto lácteo	Pão com patê Chá mate ou suco	Cuca simples Chá mate ou suco	Pão com doce Composto lácteo	ESTUDO E PLANEJAMENTO
	Lanche da manhã	Pão com doce Chá mate ou suco	Torta salgada Chá mate ou suco	Pão com ovo mexido Chá mate ou suco	Torrada Chá mate ou suco	
	Almoço	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal salada	Arroz primavera Feijão em caldo Proteína animal Legumes assados	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Farofa couve Salada	Arroz simples Escondidinho de batata com proteína animal Salada	
	Lanche da tarde	Mingau de composto	Vitamina de fruta	Biscoito Chá mate ou suco	Pão com requeijão caseiro Chá mate ou suco	
	Mais Merenda saída	Fruta	Biscoito	Fruta	Fruta	



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 3

MAIO 2026



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
5 18/05/2026 - 22/05/2026	Mais Merenda Entrada	Biscoito Composto lácteo	Pão com ovo Chá mate ou suco	Biscoito Vitamina de fruta	Bolo simples Composto lácteo	Pão com patê Chá mate ou suco
	Lanche da manhã	Vitamina de fruta	Biscoito Chá mate ou suco	Sanduíche natural Chá mate ou suco	Pão com ricota caseira Chá mate ou suco	Biscoito Chá mate ou suco
	Almoço	Arroz simples Tutu de Feijão Proteína animal ao molho Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Estrogonofe de proteína animal Salada	Arroz primavera Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Macarrão ao sugo Proteína animal Salada
	Lanche da tarde	Torrada Chá mate ou suco	Pão com maionese de leite Chá mate ou suco	Vitamina de fruta	Pão com ovo mexido Chá mate ou suco	Torta salgada Chá mate ou suco
	Mais Merenda Saída	Barrinha de fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
6 25/05/2026 - 29/05/2026	Mais Merenda Entrada	Biscoito Chá mate ou suco	Sanduíche natural Chá mate ou suco	Torta salgada Chá mate ou suco	Sanduíche colorido Chá mate ou suco	Pão com ovo Chá ou suco
	Lanche da manhã	Pão com manteiga Água de coco	Biscoito Composto lácteo	Pão com doce Chá mate ou suco	Bolo simples Composto lácteo	Biscoito Chá mate ou suco
	Almoço	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes assados	Macarrão ao molho Proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz carreteiro (Arroz e proteína animal) Feijão em caldo Legumes assados	Arroz simples Virado de Feijão Proteína animal ao molho Salada
	Lanche da tarde	Vitamina de fruta	Pão com requeijão caseiro Chá mate ou suco	Pão com patê de frango Chá mate ou suco	Biscoito Chá mate ou suco	Pão com manteiga Chá mate ou suco
	Mais Merenda saída	Biscoito	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 3

JUNHO 2026



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 01/06/2026 - 03/06/2026	Mais Merenda Entrada	Biscoito Chá mate ou suco	Pão com doce Composto lácteo	Pão com requeijão caseiro Chá mate ou suco	FERIADO	RECESSO
	Lanche da manhã	Torrada Chá mate ou suco	Vitamina de frutas	Torta salgada Chá mate ou suco		
	Almoço	Arroz simples Tutu de feijão Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Risoto de quirera com proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes assados		
	Lanche da tarde	Bolo simples Chá aromático com frutas	Pão com patê Chá mate ou suco	Sanduíche natural Chá mate ou suco		
	Mais Merenda Saída	Fruta	Fruta	Fruta		
8 08/06/2026 - 12/06/2026	Mais Merenda Entrada	Biscoito Composto lácteo	Pão com doce Chá mate ou suco	Torrada Chá mate ou suco	Pão com maionese de leite Chá mate ou suco	Biscoito Composto lácteo
	Lanche da manhã	Pão com manteiga Chá mate ou suco	Fruta Composto Lácteo	Biscoito Vitamina de fruta	Torta salgada Chá mate ou suco	Bolo simples Chá mate ou suco
	Almoço	Arroz simples Virado de feijão Proteína animal com molho Salada	Arroz simples Feijão em caldo Quibe de forno Salada	Macarrão ao molho Proteína animal Salada	Arroz primavera Feijão em caldo Proteína animal Salada	Arroz simples Polenta Proteína animal com molho Legumes refogados
	Lanche da tarde	Vitamina de frutas	Pão com patê de frango Chá mate ou suco	Pão com requeijão caseiro Chá mate ou suco	Pão com ovo mexido Chá mate ou suco	Pão com manteiga Chá mate ou suco
	Mais Merenda saída	Barrinha de fruta	Biscoito	Fruta	Fruta	Fruta



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 3

JUNHO 2026



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
9 15/06/2026 - 19/06/2026	Mais Merenda Entrada	Biscoito Composto lácteo	Torta salgada Chá mate ou suco	Pão com patê de ervas Chá mate ou suco	Biscoito Chá mate ou suco	Pão com ovo Chá mate ou suco
	Lanche da manhã	Torrada Chá mate ou suco	Biscoito Chá mate ou suco	Cuca simples Chá mate ou suco	Pão com doce Chá mate ou suco	Biscoito Composto Lácteo
	Almoço	Arroz simples Feijão em caldo Cozido de carne com legumes	Baião de dois (arroz e feijão) Proteína animal Salada	Arroz verdinho Feijão em caldo Proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Sufê de legumes	Macarrão ao molho Proteína animal Salada
	Lanche da tarde	Sanduíche natural Chá mate ou suco	Pão com manteiga Chá mate ou suco	Biscoito Chá mate ou suco	Pão com doce Chá mate ou suco	Pão com ricota caseira Chá mate ou suco
	Mais Merenda Saída	Fruta	Fruta	Fruta	Composto lácteo	Fruta
10 22/06/2026 - 26/06/2026	Mais Merenda Entrada	Biscoito Chá mate ou suco	Cuca Chá aromático com frutas	Pão com patê de cenoura Chá mate ou suco	Biscoito doce logurte	Pão com manteiga Chá mate ou suco
	Lanche da manhã	Pão com requeijão caseiro Chá mate ou suco	Pão com patê de frango Chá mate ou suco	Vitamina de fruta	Torta salgada Chá mate ou suco	Biscoito Composto lácteo
	Almoço	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes assados	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Salada	Macarrão ao molho Proteína animal Legumes refogados	Arroz primavera Feijão em caldo Proteína animal Salada	Arroz de forno Feijão em caldo proteína animal Salada
	Lanche da tarde	Fruta Composto lácteo	Biscoito Chá mate ou suco	Pão com manteiga Chá mate ou suco	Sanduíche natural Chá mate ou suco	Pão com doce Chá mate ou suco
	Mais Merenda saída	Biscoito	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 3

JUNHO / JULHO 2026



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
11 29/06/2026 - 03/07/2026	Mais Merenda Entrada	Biscoito Composto lácteo	Pão com maionese de leite Chá mate ou suco	Biscoito Chá mate ou suco	Sanduíche natural Chá mate ou suco	Pão com patê Chá mate ou suco
	Lanche da manhã	Torrada Chá mate ou suco	Arroz doce	Sanduíche natural Chá mate ou suco	Pão com ovo Composto lácteo	Biscoito Composto lácteo
	Almoço	Macarrão ao molho Proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Escondidinho de batata com proteína animal Salada	Arroz verdinho Feijão em caldo Proteína animal Legumes assados	Arroz simples Tutu de Feijão Proteína animal com molho Legumes refogados
	Lanche da tarde	Pão com manteiga Chá mate ou suco	Torta salgada Chá mate ou suco	Pão com patê de ervas Chá mate ou suco	Mingau de Composto lácteo	Torta salgada Chá mate ou suco
	Mais Merenda Saída	Fruta	Fruta	Fruta	Biscoito	Fruta
12 06/07/2026 - 08/07/2026	Mais Merenda Entrada	Biscoito Composto lácteo	Pão com manteiga Chá aromático com frutas	Sanduíche natural Chá mate ou suco	3ª REMESSA	3ª REMESSA
	Lanche da manhã	Torrada Chá mate ou suco	Biscoito Chá mate ou suco	Mingau de composto lácteo		
	Almoço	Arroz simples Tutu de Feijão Proteína animal com molho Legumes refogados	Arroz simples Feijão em caldo Barreado Legumes refogados	Arroz simples Feijão em caldo Quirera com proteína animal Legumes refogados		
	Lanche da tarde	Pão com patê Chá mate ou suco	Torta salgada Chá mate ou suco	Pão com ovo mexido Chá mate ou suco		
	Mais Merenda saída	Vitamina de frutas	Fruta	Fruta		



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 3



PLAN PNAE

Semana	Calorias	Proteína	Lipídio	Carboidrato	Sódio
Semana 1	1408,6 kcal	70,4 g	35,1 g	205,4 g	1181,7 mg
Semana 2	1313,5 kcal	60,1 g	37,5 g	187 g	1120,7 mg
Semana 3	1410,0 kcal	69,1 g	33,4 g	210,2 g	1056,5 mg
Semana 4	1389,3 kcal	58,6 g	34,5 g	215,1 g	1028,9 mg
Semana 5	1259,5 kcal	60,7 g	31,6 g	189,6 g	1102,3 mg
Semana 6	1272,7 kcal	58,3 g	31,6 g	194,9 g	1089,8 mg
Semana 7	1348,7 kcal	61,5 g	36,3 g	200 g	1026,4 mg
Semana 8	1392,5 kcal	55,9 g	41 g	207,1 g	1094,5 mg
Semana 9	1361,8 kcal	66,2 g	32,7 g	206,7 g	1054,5 mg
Semana 10	1397,5 kcal	61,1 g	39,2 g	207,2 g	1008,6 mg
Semana 11	1014,8 kcal	51,8 g	24,4 g	149,5 g	864,8 mg
Semana 12	1389,7 kcal	60,6 g	34,8 g	214,9 g	1008,3 mg



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTAS 3



RECEITAS

Aponte a câmera do celular no QR Code para acessar.

BAIÃO DE DOIS



ARROZ CARRETEIRO



**ESTROGONOFE DE
PROTEÍNA
PÁG 13**



**ARROZ PRIMAVERA
PÁG 5**



**ESCONDIDINHO COM
PROTEÍNA ANIMAL
PÁG 33**



**PATÊ DE FRANGO
PÁG 6**



**ARROZ VERDINHO
PÁG 5**



QUIBE DE FORNO





Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTAS 3



RECEITAS

Aponte a câmera do celular no QR Code para acessar.

VITAMINA DE FRUTAS



CHÁ AROMÁTICO COM FRUTAS



TORTA DE ARROZ



TORTA SALGADA PÁG 30



PATÊ DE CARNE



REQUEIJÃO CREMOSO



RICOTA CASEIRA



FAROFA D'ÁGUA





Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 3



OPÇÕES PARA VARIAÇÃO DO CARDÁPIO:

1. ARROZ: arroz com legumes, arroz verdinho, arroz primavera.
2. FEIJÃO: virado de feijão, tutu de feijão, sopa de feijão com macarrão, creme de ervilha.
3. LEGUMES E VERDURAS: acelga, agrião, alface, brócolis, abobrinha, cenoura, chuchu, couve-flor, tomate, repolho etc.
4. PROTEÍNA ANIMAL: carne suína, carne bovina moída, carne bovina em cubos, peito de frango, coxa e sobrecoxa 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.
5. POLENTA: polenta com fortaia, quirerinha/canjiquinha, macarronete, purê de batata, creme de milho, creme de abóbora, creme de mandioca, macarrão, macarronese (com maionese de leite ou inhame).
6. 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.
7. ESCONDIDINHO DE BATATA: pode utilizar batata-doce, batata inglesa, batata-salsa, cará, inhame, mandioca (aipim).
8. RISOTO DE QUIRERA: quirera simples, arroz simples, arroz verdinho e arroz primavera.
9. FAROFA D'ÁGUA: 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. CREME DE MILHO: polenta, quirera, purê, farofa ou algumas das opções mencionadas nos itens 5, 6 e 9.
11. PÃO COM OVO: biscoito salgado com patê ou manteiga, sanduíche natural, 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. Ou ver os itens 11, 12, 13, 14, 15 e 16.
12. RECHEIOS PARA PÃO: manteiga, maionese de leite, mussarela ou ricota caseira, requeijão cremoso, patê (de milho, frango, ovo, cenoura, ricota, atum ou sardinha). Outras opções de recheio nos itens 10, 12 e 13.
13. PÃO COM DOCE: doce caseiro de banana, doce caseiro de abóbora, doce de leite caseiro, geleia de fruta, pão com doce de leite e banana picada em cima/separada (opcional: canela), pão com doce de casca de banana, pão doce (chineque), pão com doce em pasta e fruta picada em cima/separada. Outras opções de recheio nos itens 10, 11 e 13.



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 3



- 14.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. **Caso não tenha pão: batata-doce cozida ou assada ou omelete.**
- 15.TORTA SALGADA: pão caseiro de talos, macarronete, torta de frango, torta de legumes e talos, torta de carne moída, torta de sardinha ou atum, muffin de salgado. Ou alguma das opções mencionadas nos itens 11, 12, 13, 14, 15, 16 e 17.
- 16.PÃO DE QUEIJO: fruta, chipa, palito de queijo, pão de queijo vegano, bolo, biscoito de polvilho. Ou alguma das opções mencionadas nos itens 11, 12, 13, 14, 16 e 17.
- 17.BOLO: 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), bolo red velvet, bolo com calda de fruta, bolo de água de coco. Ou alguma das opções mencionadas nos itens 14, 15, 17 e 21.
- 18.MANJAR/FLAN: 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), , canjica, mousse composto lácteo, sobremesa cremosa de composto lácteo ou ver opções do item 14, 15, 16, 17 e 21.
- 19.CEREAL DE MILHO: bolo, tortas, pão com ovo, biscoito, pão com doce ou alguma das opções mencionadas nos itens 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18 e 21.
- 20.SORBET DE FRUTA: fruta, barrinha de fruta, vitamina de fruta, salada de frutas, creme de fruta.
- 21.PAVÊ: bolo, torta, salada de frutas, pão com recheio, pão de queijo ou alguma das opções 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17 e 21.
- 22.SALADA DE FRUTAS: fruta, barrinha de fruta, vitamina de fruta, creme de fruta.
- 23.COMPOSTO LÁCTEO: café com leite, 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).
- 24.CHÁ MATE: suco, leite com achocolatado, água de coco ou opções mencionadas nos itens 22, 24 e 25.
- 25.ÁGUA DE COCO: Chá mate, café com leite, composto lácteo, suco, leite com achocolatado ou opções mencionadas nos itens 22, 23 e 25.
- 26.VITAMINA DE FRUTA: iogurte, composto lácteo, bebida láctea, café com leite, leite com achocolatado ou opções mencionadas nos itens 22, 23 e 24.
- 27.ARROZ DOCE: bolo, torta, pão com doce, canjica, sagu, cereal de milho, fruta. Ver mais opções nos itens 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 17 e 21.
28. BISCOITO: qualquer biscoito disponível em estoque, cereal de milho, biscoito de polvilho e opções dos itens 11, 12, 13, 15 e 16.



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 3



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 – LANCHE: Arroz, estrogonofe com proteína animal e salada + suco

Exemplo 2 – LANCHE: Arroz, feijão, carne assada com batatas, salada + suco

Exemplo 3 – LANCHE: Pão com proteína animal, tomate e queijo + sobremesa (pudim, manjar, pavê) + suco

Exemplo 4 – LANCHE: Sanduíche de forno com pão fatiado, requeijão e/ou queijo e tomate, frango desfiado + sobremesa (ex.: geladinho de composto lácteo)

Exemplo 5 – LANCHE: Sanduíche de ovo mexido com tomate e queijo + sobremesa (bolo) + suco

Exemplo 6 – LANCHE: Pizza Sanduíche - Pão, queijo, tomate e orégano + fruta + suco

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 005/2025.

Documento: **CARDAPIOS_2_REMESSA_2026.pdf.**

Assinatura Avançada realizada por: **Andrea Bruginski (XXX.745.409-XX)** em 10/04/2026 17:13 Local: FUN/DNA/DVTA.

Assinatura Simples realizada por: **Rafaela Karoline de Melo de Lima (XXX.263.189-XX)** em 10/04/2026 16:37.

Inserido ao documento **1.123.793** por: **Rafaela Karoline de Melo de Lima** em: 10/04/2026 16:30.



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:
01268a396f3d48fe4d9157a5e5e38201