

Cardápio elaborado por Beatriz Sayuri Sato CRN-8 16714, Gabriella Custodio de Souza Aniceto CRN-8 18529, Rafaela Karoline de Melo de Lima CRN-8 17999, Roberta Cit Vieira CRN-8 17647, Vitória Martins Ribeiro CRN-8 19634 e aprovado por Andrea Bruginski CRN-8 444 - Nutricionista RT.



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 8

OUTUBRO 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 07/10/2026 - 09/10/2026	Mais Merenda Entrada/ Desjejum	3ª REMESSA	3ª REMESSA	Pão com manteiga Chá mate ou suco	Biscoito Chá mate ou suco	Torrada Composto lácteo
	Lanche da manhã			Biscoito Composto lácteo	Mingau de composto lácteo	Vitamina de fruta
	Almoço			Arroz primavera Feijão em caldo Proteína animal Salada	Macarrão ao molho Proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Farofa Cozido de carne com legumes
	Lanche da tarde			Sanduíche natural Biscoito Chá mate ou suco	Pão com patê Biscoito Vitamina de fruta	Pão com ovo Fruta Chá mate ou suco
	Jantar			Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes assados	Arroz carreteiro (arroz e proteína animal) Feijão em caldo Legumes assados	Macarrão ao molho Proteína animal Salada
	Mais Merenda Saída/ Ceia			Fruta	Fruta	Fruta

Para realizar as receitas de forma adequada, consulte os Livros de Receitas, disponíveis por meio do QR CODE e/ou link disponibilizados na pág. 13

Cardápio elaborado por Beatriz Sayuri Sato CRN-8 16714, Gabriella Custodio de Souza Aniceto CRN-8 18529, Rafaela Karoline de Melo de Lima CRN-8 17999, Roberta Cit Vieira CRN-8 17647, Vitória Martins Ribeiro CRN-8 19634 e aprovado por Andrea Bruginiski CRN-8 444 - Nutricionista RT.



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 8

OUTUBRO 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
2 12/10/2026 - 16/10/2026	Mais Merenda Entrada/ Desjejum	FERIADO	Biscoito Composto lácteo	Torta Salgada Chá mate ou suco	Pão com ovo Chá mate ou suco	Pão com patê de cenoura Chá mate ou suco
	Lanche da manhã		Pão com manteiga chá mate ou suco	Biscoito Composto lácteo	Mingau de composto lácteo	Vitamina de fruta
	Almoço		Macarrão ao sugo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Tutu de feijão Proteína animal ao molho Salada	Arroz primavera Feijão em caldo Proteína animal Legumes assados	Arroz simples Estrogonofe de proteína animal Salada
	Lanche da tarde		Torta de arroz Fruta Chá mate ou suco	Pão com requeijão caseiro Biscoito Vitamina de fruta	Sanduíche natural Fruta Chá mate ou suco	Pão com ovo Biscoito Chá mate ou suco
	Jantar		Arroz primavera Feijão em caldo Proteína animal com molho Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz com legumes Feijão em caldo Proteína animal Salada
	Mais Merenda Saída/ Ceia		Biscoito	Fruta	Vitamina de fruta	Fruta

Para realizar as receitas de forma adequada, consulte os Livros de Receitas, disponíveis por meio do QR CODE e/ou link disponibilizados na pág. 13



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 8

OUTUBRO 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 19/10/2026 - 23/10/2026	Mais Merenda Entrada/ Desjejum	Pão com doce Chá mate ou suco	Torrada Composto lácteo	Bolo simples Chá mate ou suco	Sanduche natural Chá mate ou suco	Biscoito Chá mate ou suco
	Lanche da manhã	Mingau de composto lácteo	Pão com ovo mexido Chá mate ou suco	Vitamina de fruta	Biscoito Chá mate ou suco	Pão com doce Composto lácteo
	Almoço	Arroz carreteiro (Arroz e proteína animal) Feijão em caldo Salada	Arroz simples Virado de Feijão Proteína animal ao molho Legumes refogados	Arroz simples Feijão em caldo Vaca atolada (Proteína animal e mandioca) Salada	Arroz simples Tutu de feijão Proteína animal Legumes assados	Arroz colorido Feijão em caldo Proteína animal Salada
	Lanche da tarde	Pão com ovo mexido Fruta Chá mate ou suco	Torta salgada Biscoito Chá mate ou suco	Pão com patê de frango Biscoito Composto lácteo	Pão com manteiga Biscoito Vitamina de fruta	Sanduche natural Fruta Chá mate ou suco
	Jantar	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Estrogonofe de proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes assados	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Farofa Salada	Arroz verdinho Feijão em caldo Proteína animal com molho Legumes
	Mais Merenda Saída/ Ceia	Biscoito	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Para realizar as receitas de forma adequada, consulte os Livros de Receitas, disponíveis por meio do QR CODE e/ou link disponibilizados na pág. 13

Cardápio elaborado por Beatriz Sayuri Sato CRN-8 16714, Gabriella Custodio de Souza Aniceto CRN-8 18529, Rafaela Karoline de Melo de Lima CRN-8 17999, Roberta Cit Vieira CRN-8 17647, Vitória Martins Ribeiro CRN-8 19634 e aprovado por Andrea Bruginiski CRN-8 444 - Nutricionista RT.



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 8

OUTUBRO 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
4 26/10/2026 - 30/10/2026	Mais Merenda Entrada/ Desjejum	Pão com doce Composto lácteo	Biscoito Chá mate ou suco	Torrada Chá mate ou suco	Bolo simples Chá mate ou suco	Pão com patê Composto lácteo
	Lanche da manhã	Sanduche natural Chá mate ou suco	Pão com patê de ovo Composto lacteo	Pão com requeijão caseiro Composto lácteo	Biscoito Chá mate ou suco	Torrada Chá mate ou suco
	Almoço	Arroz simples Tutu de feijão Proteína animal Salada	Arroz primavera Feijão em caldo Proteína animal ao molho Legumes assados	Macarrão ao molho Proteína animal Salada	Arroz verdinho Feijão em caldo Proteína animal Legumes cozidos	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Farofa de couve Salada
	Lanche da tarde	Torta salgada Fruta Chá mate ou suco	Pão com manteiga Biscoito Vitamina de fruta	Sanduíche natural Fruta Chá mate ou suco	Pão com manteiga Fruta Composto lácteo	Torta de arroz Biscoito Chá mate ou suco
	Jantar	Arroz verdinho Feijão em caldo Proteína animal com molho Legumes refogados	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes assados	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Farofa Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados
	Mais Merenda Saída/ Ceia	Biscoito	Fruta	Fruta	Vitamina de fruta	Fruta

Para realizar as receitas de forma adequada, consulte os Livros de Receitas, disponíveis por meio do QR CODE e/ou link disponibilizados na pág. 13



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 8

NOVEMBRO 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 02/11/2026 - 06/11/2026	Mais Merenda Entrada/ Desjejum	FERIADO	Pão com doce Chá mate ou suco	Biscoito Composto lácteo	Torta salgada Chá mate ou suco	Pão com maionese de leite Chá mate ou suco
	Lanche da manhã		Biscoito Composto lácteo	Sanduíche natural Chá mate ou suco	Biscoito Composto lácteo	Torrada Composto lácteo
	Almoço		Macarrão ao molho Proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal com molho Legumes refogados	Arroz simples Estrogonofe de proteína animal Salada	Arroz carreteiro (Arroz e proteína animal) Feijão em caldo Legumes assados
	Lanche da tarde		Pão com requeijão caseiro Fruta Composto lácteo	Pão com patê Fruta Chá mate ou suco	Pão com ovo mexido Biscoito Chá mate ou suco	Pão com manteiga Biscoito Vitamina de fruta
	Jantar		Arroz primavera Feijão em caldo Proteína animal com molho Legumes refogados	Arroz com legumes Feijão em caldo Proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Tutu de Feijão Proteína animal Legumes refogados
	Mais Merenda Saída/ Ceia		Biscoito	Vitamina de fruta	Fruta	Fruta

Para realizar as receitas de forma adequada, consulte os Livros de Receitas, disponíveis por meio do QR CODE e/ou link disponibilizados na pág. 13

Cardápio elaborado por Beatriz Sayuri Sato CRN-8 16714, Gabriella Custodio de Souza Aniceto CRN-8 18529, Rafaela Karoline de Melo de Lima CRN-8 17999, Roberta Cit Vieira CRN-8 17647, Vitória Martins Ribeiro CRN-8 19634 e aprovado por Andrea Bruginiski CRN-8 444 - Nutricionista RT.



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 8

NOVEMBRO 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
6 09/11/2026 - 13/11/2026	Mais Merenda Entrada/ Desjejum	Pão com requeijão caseiro Chá mate ou suco	Pão com doce Chá mate ou suco	Biscoito Composto lácteo	Torrada Vitamina de fruta	Pão com patê Chá mate ou suco
	Lanche da manhã	Mingau de composto	Vitamina de fruta	Pão com ovo mexido Chá mate ou suco	Sanduche natural Chá mate ou suco	Biscoito Composto lácteo
	Almoço	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal com molho Farofa de cenoura Salada	Arroz simples Virado de feijão Proteína animal Legumes assados	Arroz simples Feijão em caldo Barreado Salada	Arroz simples Escondidinho de batata com proteína animal Legumes refogados	Baião de dois (arroz e feijão) Proteína animal Salada
	Lanche da tarde	Pão com patê de frango Biscoito Vitamina de fruta	Sanduíche natural Biscoito Chá mate ou suco	Torta salgada Fruta Chá mate ou suco	Pão com manteiga Biscoito Composto lácteo	Pão com ovo Fruta Chá mate ou suco
	Jantar	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Salada	Arroz primavera Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Virado de feijão Proteína animal Salada	Arroz verdinho Feijão em caldo Proteína animal Salada
	Mais Merenda Saída/ Ceia	Biscoito	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Para realizar as receitas de forma adequada, consulte os Livros de Receitas, disponíveis por meio do QR CODE e/ou link disponibilizados na pág. 13



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 8

NOVEMBRO 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 16/11/2026 - 20/11/2026	Mais Merenda Entrada/ Desjejum	Pão com doce Chá mate ou suco	Biscoito Vitamina de fruta	Torta salgada Chá mate ou suco	Pão com requeijão caseiro Chá mate ou suco	FERIADO
	Lanche da manhã	Vitamina de fruta	Bolo Simples Chá mate ou suco	Biscoito Composto lácteo	Mingau de composto lácteo	
	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 Salada	
	Lanche da tarde	Sanduíche natural Fruta Chá mate ou suco	Pão com requeijão caseiro Biscoito Composto lácteo	Pão com ovo Fruta Chá mate ou suco	Torta salgada Biscoito Chá mate ou suco	
	Jantar	Arroz primavera Feijão em caldo Proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Salada	Arroz simples Virado de feijão Proteína animal ao molho Salada	
	Mais Merenda Saída/ Ceia	Biscoito	Fruta	Fruta	Fruta	

Para realizar as receitas de forma adequada, consulte os Livros de Receitas, disponíveis por meio do QR CODE e/ou link disponibilizados na pág. 13



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 8

NOVEMBRO 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
8 23/11/2026 - 27/11/2026	Mais Merenda Entrada/ Desjejum	Pão com maionese de leite Chá mate ou suco	Biscoito Composto lácteo	Torrada Chá mate ou suco	Bolo simples Composto lácteo	Pão com doce Chá mate ou suco
	Lanche da manhã	Mingual de composto lácteo	Torta salgada Chá mate ou suco	Pão com doce Composto lácteo	Torrada com manteiga Chá mate ou suco	Biscoito Composto lácteo
	Almoço	Macarrão ao molho Proteína animal Legumes assados	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Farofa de couve Salada	Arroz simples Escondidinho de batata com proteína animal Legumes refogados	Arroz verdinho Feijão em caldo Proteína animal Salada	Baião de dois (arroz e feijão) Proteína animal Legumes assados
	Lanche da tarde	Pão com manteiga Fruta Composto lácteo	Pão com requeijão caseiro Biscoito Composto lácteo	Sanduíche natural Fruta Chá mate ou suco	Pão com patê de frango Biscoito Vitamina de fruta	Torta de arroz Fruta Chá mate ou suco
	Jantar	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal ao molho Legumes assados	Arroz com legumes Feijão em caldo Proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Virado de feijão Proteína animal Salada
	Mais Merenda Saída/ Ceia	Biscoito	Fruta	Fruta	Fruta	Vitamina de fruta

Para realizar as receitas de forma adequada, consulte os Livros de Receitas, disponíveis por meio do QR CODE e/ou link disponibilizados na pág. 13



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 8

NOVEMBRO/DEZEMBRO 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 30/11/2026 - 04/12/2026	Mais Merenda Entrada/ Desjejum	Pão com doce Composto lácteo	Torrada Vitamina de fruta	Pão com patê de ervas Chá mate ou suco	Biscoito Composto lácteo	Pão com manteiga Chá mate ou suco
	Lanche da manhã	Torrada com patê Chá mate ou suco	Pão com doce Chá mate ou suco	Torrada Composto lácteo	Torta salgada Chá mate ou suco	Biscoito Composto lácteo
	Almoço	Arroz simples Estrogonofe de proteína animal Salada	Arroz verdinho Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Feijão em caldo Omelete de forno Salada	Macarrão ao sugo Proteína animal Legumes refogados	Arroz carreteiro (Arroz e proteína animal) Feijão em caldo Legumes assados
	Lanche da tarde	Torta salgada Biscoito Chá mate ou suco	Pão com ricota caseira Biscoito Composto lácteo	Pão com manteiga Fruta Vitamina de fruta	Pão com ovo Fruta Chá mate ou suco	Pão com patê de frango Biscoito Chá mate ou suco
	Jantar	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Tutu de Feijão Proteína animal Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Farofa de cenoura Legumes assados	Arroz primavera Feijão em caldo Proteína animal com molho Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados
	Mais Merenda Saída/ Ceia	Fruta	Fruta	Fruta	Vitamina de fruta	Fruta

Para realizar as receitas de forma adequada, consulte os Livros de Receitas, disponíveis por meio do QR CODE e/ou link disponibilizados na pág. 13

Cardápio elaborado por Beatriz Sayuri Sato CRN-8 16714, Gabriella Custodio de Souza Aniceto CRN-8 18529, Rafaela Karoline de Melo de Lima CRN-8 17999, Roberta Cit Vieira CRN-8 17647, Vitória Martins Ribeiro CRN-8 19634 e aprovado por Andrea Bruginski CRN-8 444 - Nutricionista RT.



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 8

DEZEMBRO 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
10 07/12/2026 - 11/12/2026	Mais Merenda Entrada/ Desjejum	Pão com doce Chá mate ou suco	Torta salgada Chá mate ou suco	Torrada Chá mate ou suco	Biscoito Composto lácteo	Pão com patê Chá mate ou suco
	Lanche da manhã	Mingau de composto lácteo	Biscoito Composto lácteo	Pão com patê de frango Composto lácteo	Sanduíche natural Chá mate ou suco	Torrada Composto lácteo
	Almoço	Arroz simples Tutu de feijão Proteína animal com molho Salada	Arroz verdinho Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal com molho Salada	Macarrão ao molho Proteína animal Legumes assados	Arroz primavera Feijão em caldo Proteína animal com molho Farofa de manteiga Salada
	Lanche da tarde	Pão com patê Fruta Chá mate ou suco	Pão com manteiga Biscoito Vitamina de fruta	Pão com ovo Fruta Chá mate ou suco	Pão com requeijão caseiro Biscoito Vitamina de fruta	Torta salgada Biscoito Chá mate ou suco
	Jantar	Arroz verdinho Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Feijão em caldo Quibe de forno Salada	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes assados	Arroz verdinho Feijão em caldo Proteína animal Salada	Arroz simples Tutu de feijão Proteína animal Legumes refogados
	Mais Merenda Saída/ Ceia	Biscoito	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Para realizar as receitas de forma adequada, consulte os Livros de Receitas, disponíveis por meio do QR CODE e/ou link disponibilizados na pág. 13

Cardápio elaborado por Beatriz Sayuri Sato CRN-8 16714, Gabriella Custodio de Souza Aniceto CRN-8 18529, Rafaela Karoline de Melo de Lima CRN-8 17999, Roberta Cit Vieira CRN-8 17647, Vitória Martins Ribeiro CRN-8 19634 e aprovado por Andrea Bruginiski CRN-8 444 - Nutricionista RT.



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 8

DEZEMBRO 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 14/12/2026 - 18/12/2026	Mais Merenda Entrada/ Desjejum	Pão com manteiga Chá mate ou suco	Biscoito Composto lácteo	Pão com patê de cenoura Chá mate ou suco	Torrada Vitamina de frutas	Pão com doce Chá mate ou suco
	Lanche da manhã	Torrada Composto lácteo	Pão com ovo Chá mate ou suco	Vitamina de fruta	Mingau de composto lácteo	Biscoito Composto lácteo
	Almoço	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal com molho Farofa Legumes refogados	Baião de dois (arroz e feijão) Proteína animal Salada	Arroz simples Virado de feijão Proteína animal Legumes assados	Arroz colorido Feijão em caldo Proteína animal ao molho Salada	Arroz verdinho Feijão em caldo Proteína animal Farofa de manteiga Legumes refogados
	Lanche da tarde	Torta salgada Fruta Chá mate ou suco	Pão com requeijão caseiro Biscoito Composto lácteo	Sanduíche natural Biscoito Cha mate ou suco	Pão com ovo Fruta Chá mate ou suco	Pão com manteiga Biscoito Vitamina de fruta
	Jantar	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Tutu de feijão Proteína animal ao molho Salada	Arroz primavera Feijão em caldo Proteína animal Legumes refogados	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal Legumes assados	Arroz simples Feijão em caldo Proteína animal ao molho Salada
	Mais Merenda Saída/ Ceia	Arroz doce	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Para realizar as receitas de forma adequada, consulte os Livros de Receitas, disponíveis por meio do QR CODE e/ou link disponibilizados na pág. 13



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 8

PLAN PNAE

Semana	Calorias	Proteína	Lipídio	Carboidrato	Sódio
Semana 1	1869,9 kcal	96,1 g	48,0 g	264,9 g	1498,7 mg
Semana 2	2065,4 kcal	115,9 g	50,2 g	287,5 g	1707,9 mg
Semana 3	1981,2 kcal	102,7 g	42,5 g	296,7 g	1491 mg
Semana 4	2121,3 kcal	102,3 g	53,8 g	311,0 g	1464,3 mg
Semana 5	2061,7 kcal	105,0 g	53,1 g	234,4 g	1616 mg
Semana 6	2121,5 kcal	110,4 g	48,4 g	311,0 g	1498,4 mg
Semana 7	1968,3 kcal	102,4 g	46,4 g	285,8 g	1561,7 mg
Semana 8	2032,6 kcal	97,5 g	49,7 g	299,2 g	1453,6 mg
Semana 9	2000,8 kcal	97,0 g	51,2 g	288,0 g	1519,8 mg
Semana 10	1998,6 kcal	89,2 g	55,0 g	287,8 g	1538,7 mg
Semana 11	2069,7 kcal	102,2 g	45,9 g	313,1 g	1521,6 mg

Para realizar as receitas de forma adequada, consulte os Livros de Receitas, disponíveis por meio do QR CODE e/ou link disponibilizados na pág. 13

Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 8

RECEITAS

Aponte a câmera do celular no QR Code para acessar.



Para realizar as receitas de forma adequada, consulte os Livros de Receitas, disponíveis por meio do QR CODE e/ou link abaixo:
<https://www.fundepar.pr.gov.br/Pagina/Receitas-da-Alimentacao-Escolar>



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 8

OPÇÕES PARA VARIAÇÃO DO CARDÁPIO:

- 1.ARROZ: arroz com legumes, arroz verdinho, arroz primavera, risoto, ou opções do item 4.
- 2.ARROZ CARRETEIRO: risoto de frango.
- 3.FEIJÃO: virado de feijão, tutu de feijão.
- 4.MACARRÃO: sopa de feijão com macarrão, macarronese (com maionese de leite ou de inhame), ou opções do item 1.
- 5.PURÊ: purê de abóbora, purê de batata-doce, purê de batata-salsa, purê de mandioca, purê de batata com espinafre, purê de cenoura, purê de canjica, creme de couve-flor, ou opções do item 4 ou 9.
- 6.ESCONDIDINHO: pode utilizar batata-doce, batata inglesa, batata-salsa, cará, inhame, mandioca (aipim).
- 7.LEGUMES E VERDURAS: acelga, agrião, alface, brócolis, abobrinha, cenoura, chuchu, couve-flor, tomate, repolho etc.
- 8.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.
- 9.FAROFA: farofa d'água, farofa na manteiga, farofa de legumes, farofa de couve, farinha de milho com proteína animal (ovo), farofa de banana, ou opções do item 5.
- 10.RECHEIOS SALGADOS PARA PÃO: manteiga, requeijão caseiro, ricota ou mussarela caseira, maionese (de leite ou de inhame) patê (de milho, frango, ovo, cenoura, ricota, atum ou sardinha), proteína animal (ovo, frango desfiado, carne moída, pernil em cubos, paleta suína ao molho) ou opções do item 11.
- 11.RECHEIOS DOCES PARA PÃO: doce caseiro de banana, doce caseiro de abóbora, geleia de fruta, doce de leite caseiro, doce de leite com banana fatiada ou opções do item 10.
- 12.PÃO: torrada, biscoito, torta de proteína animal, torta de legumes, sanduíche natural, bolo simples, cuca, pão doce (chineque), cereal com leite ou composto lácteo, mingau de composto lácteo, ou opções dos itens 13, 14, 15 ,16 e 17.

Para realizar as receitas de forma adequada, consulte os Livros de Receitas, disponíveis por meio do QR CODE e/ou link disponibilizados na pág. 13



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná PAUTA 8

OPÇÕES PARA VARIAÇÃO DO CARDÁPIO:

- 13.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, ou opções dos itens 12, 14, 15, 16, 17. Caso não tenha pão: batata-doce cozida ou assada ou omelete.
- 14.TORTA SALGADA: pão caseiro de talos, torta de frango, torta de legumes e talos, torta de carne moída, torta de sardinha ou atum, ou opções dos itens 12, 13, 15, 16 e 17.
- 15.BOLO OU CUCA: 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, cuca de doce de leite, cuca com geleia de fruta, ou opções dos itens 12, 13, 14, 16 e 17.
- 16. BISCOITO: qualquer biscoito disponível em estoque, cereal de milho, biscoito de polvilho, ou opções dos itens 12, 13, 14, 15 e 17.
- 17.MINGAU DE COMPOSTO LÁCTEO: opções dos itens 12, 13, 14, 15 e 16.
- 18.ARROZ DOCE: bolo, torta, pão com doce, canjica, sagu, cereal de milho, fruta, ou opções dos itens 12, 13, 14, 15,16 e 17.
- 19.FRUTA: salada de frutas, barrinha de fruta, creme de fruta, vitamina de fruta, composto lácteo batido com fruta, sorbet de fruta.
- 20.SOBREMESA: pudim, bolo, sagu, canjica, manjar/flan de coco (composto lácteo), arroz doce (composto lácteo), pavê (composto lácteo), sobremesa cremosa de baunilha com banana caramelizada, creme de baunilha (composto lácteo) servido com biscoito doce, mousse (composto lácteo).
- 21.BEBIDAS: chá mate, suco, água de coco, composto lácteo, bebida láctea, iogurte, café com leite, leite com cacau em pó, milkshake de composto (gelo de composto batido com leite), vitamina de fruta.

Para realizar as receitas de forma adequada, consulte os Livros de Receitas, disponíveis por meio do QR CODE e/ou link disponibilizados na pág. 13



Padronização do cardápio dos colégios estaduais do Paraná

PAUTA 8

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.

Para realizar as receitas de forma adequada, consulte os Livros de Receitas, disponíveis por meio do QR CODE e/ou link disponibilizados na pag. 13

Correspondência Interna 061/2026.

Documento: **CARDAPIOS4REMESSA2026.pdf**.

Assinatura Avançada realizada por: **Gabriella Custodio de Souza Aniceto (XXX.921.108-XX)** em 01/09/2026 13:31, **Andrea Bruginski (XXX.745.409-XX)** em 01/09/2026 16:38 Local: FUN/DNA/DVTA.

Assinatura Simples realizada por: **Roberta Cit Vieira (XXX.911.199-XX)** em 01/09/2026 11:01 Local: FUN/DNA/DVPA, **Vitória Martins Ribeiro (XXX.693.619-XX)** em 01/09/2026 12:01 Local: FUN/DNA/DVPA, **Beatriz Sayuri Sato (XXX.630.249-XX)** em 01/09/2026 16:05, **Rafaela Karoline de Melo de Lima (XXX.263.189-XX)** em 02/09/2026 08:35 Local: FUN/DNA/DVPA.

Inserido ao documento **2.258.372** por: **Gabriella Custodio de Souza Aniceto** em: 01/09/2026 10:59.



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:
54d71c2c49d3b2b81173aa5f1bf28d6f