

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TOLEDO - PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO - Pré escola, Ensino Fundamental I

ZONA RURAL

PERÍODO REGULAR

OUTUBRO /2025

Horário	2ª FEIRA 29	3ª FEIRA 30	4ª FEIRA 01 OUTUBRO	5ª FEIRA 02 OUTUBRO	6ª FEIRA 03 OUTUBRO
M - 9:45 V - 15:45	Macarrão cozido Carne moída ao molho de tomate Legumes refogados (tomate, cebola, cenoura, chuchu, abobrinha, repolho, milho, ervilha, couve, brócolis)	Arroz cozido Feijão cozido Frango assado Salada de tabule (farinha de quibe, tomate, repolho, pepino)	Esfirra de frango Iogurte Banana	Escondidinho de batata com carne moída Salada de tomate e alface	Torta salgada de frango com legumes Uva
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	
	319,92	53g	11g	11g	
		63%	15%	34%	

ELLY ANA POOTZ BORILLI

NUTRICIONISTA CRN8 5643

*Os parênteses () descrevem os principais ingredientes da preparação.

*Cardápio sujeito a alterações

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TOLEDO - PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO - Pré escola, Ensino Fundamental I

ZONA RURAL

PERÍODO REGULAR

OUTUBRO /2025

Horário	2ª FEIRA 06	3ª FEIRA 07	4ª FEIRA 08	5ª FEIRA 09	6ª FEIRA 10			
M - 9:45 V - 15:45	Polenta cozida Carne moída ao molho de tomate Legumes refogados (tomate, cebola, cenoura, chuchu, abobrinha, repolho, milho, ervilha, couve, brócolis)	Arroz cozido Feijão cozido Carne de suína refogada Farofa de legumes Salada de pepino	Pão de queijo Banana Suco de uva	Risoto de frango (carne de frango, arroz, tomate, cebola, cenoura, milho, abobrinha) Repolho	Mini Pizza Picolé de uva Melancia			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)		LPD (g)	
			55% a 65% do VET		10% a 15% do VET		25% a 35% do VET	
	308,94		58g		10 g		10	
			64%		14%		27%	

ELLY ANA POOTZ BORILLI

NUTRICIONISTA CRN8 5643

*Os parênteses () descrevem os principais ingredientes da preparação.

*Cardápio sujeito a alterações

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TOLEDO - PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO - Pré escola, Ensino Fundamental I

ZONA RURAL

PERÍODO REGULAR

OUTUBRO /2025

Horário	2ª FEIRA 13	3ª FEIRA 14	4ª FEIRA 15	5ª FEIRA 16	6ª FEIRA 17
M - 9:45 V - 15:45	Macarrão cozido Carne moída ao molho de tomate Legumes refogados (tomate, cebola, cenoura, chuchu, abobrinha, repolho, milho, ervilha, couve, brócolis)	Arroz cozido Feijão cozido Isclas de frango Salada de repolho	Recesso Dia do Professor	Bolo de cacau Suco de uva Banana	Arroz Creme de milho Frango assado Melão
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)
			55% a 65% do VET		10% a 15% do VET
	326,76		48g		8g
			61%		12%
					LPD (g)
					25% a 35% do VET
					9g
					28%

ELLY ANA POOTZ BORILLI
NUTRICIONISTA CRN8 5643

*Os parênteses () descrevem os principais ingredientes da preparação.

*Cardápio sujeito a alterações

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TOLEDO - PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO - Pré escola, Ensino Fundamental I

ZONA RURAL

PERÍODO REGULAR

OUTUBRO /2025

Horário	2ª FEIRA 20	3ª FEIRA 21	4ª FEIRA 22	5ª FEIRA 23	6ª FEIRA 24
M - 9:45 V - 15:45	Polenta cozida Carne moída ao molho de tomate Legumes refogados (tomate, cebola, cenoura, chuchu, abobrinha, repolho, milho, ervilha, couve, brócolis)	Arroz cozido Feijão cozido Carne suína refogada Salada de beterraba	Sanduíche de pão com carne moída Laranja	Yakisoba de carne bovina (cenoura, repolho, brócolis, macarrão espaguete cozido) Salada de alface	Cuca Leite com cacau Banana
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	
	317,30	50g	11g	11g	
		60%	15%	34%	

ELLY ANA POOTZ BORILLI
NUTRICIONISTA CRN8 5643

*Os parênteses () descrevem os principais ingredientes da preparação.

*Cardápio sujeito a alterações

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TOLEDO - PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO - Pré escola, Ensino Fundamental I

ZONA RURAL

PERÍODO REGULAR

OUTUBRO /2025

Horário	2ª FEIRA 27	3ª FEIRA 28	4ª FEIRA 29	5ª FEIRA 30	6ª FEIRA 31
M - 9:45 V - 15:45	Nhoque de mandioca Carne moída ao molho de tomate Legumes refogados (tomate, cebola, cenoura, chuchu, abobrinha, repolho, milho, ervilha, couve, brócolis)	Reflexão Pedagógica	Torta de carne com legumes (tomate, milho, ervilha) Melancia	Macarrão alho e óleo Isclas de carne bovina Salada de tomate Banana	Bolo de cenoura iogurte
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	
	321,00	45g	11g	12g	
		55%	14%	32%	

ELLY ANA POOTZ BORILLI
NUTRICIONISTA CRN8 5643

*Os parênteses () descrevem os principais ingredientes da preparação.

*Cardápio sujeito a alterações