

CARDÁPIO

ESCOLA SEBASTIÃO PARANÁ – MAIO 2026



1ª SEMANA	2ª-feira 04/05/2025	3ª-feira 05/05/2025	4ª-feira 06/05/2025	5ª-feira 07/05/2025	6ª-feira 08/05/2025
LANCHE DA MANHÃ	Suco, chá ou achocolatado, pão francês, ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada	Suco, chá ou achocolatado, pão caseiro, patê, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada	Suco, chá ou achocolatado, pão caseiro, margarina ou ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada	Suco, chá ou achocolatado, pão caseiro, margarina ou ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada	Suco, chá ou achocolatado, pão francês, ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada
ALMOÇO	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Molho vermelho	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Polenta	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Lentilha	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Macarrão	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Batata na cabrita assada
	Rocambole de frango e bife de fígado	Almondegas refogada	Soja refogada	Bife bovino	Frango desfiado ao molho
	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes
	2 saladas	2 saladas	2 saladas	2 saladas	2 saladas
	Pudim	Gelatina	Fruta	Gelatina cremosa	Fruta
	Pão, patê, suco e achocolatado	Torta caseira, chá, fruta	Pão caseiro, iogurte, queijo.	Suco, torta salgada de carne, bolacha doce, fruta	Chá, pão de queijo recheado, bolacha e achocolatado.
LANCHE TARDE	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
JANTAR	Arroz, frango	Polenta e carne moída	Arroz e feijão	Macarronada	Arroz cremoso

2ª SEMANA	2ª-feira 11/05/2025	3ª-feira 12/05/2025	4ª-feira 13/05/2025	5ª-feira 14/05/2025	6ª-feira 15/05/2025
LANCHE DA MANHÃ	Suco, chá ou achocolatado, pão caseiro, margarina ou ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada	Suco, chá ou achocolatado, pão caseiro, margarina ou ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada	Suco, chá ou achocolatado, pão caseiro, margarina ou ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada	Suco, chá ou achocolatado, pão caseiro, margarina ou ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada	Suco, chá ou achocolatado, pão caseiro, margarina ou ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada
ALMOÇO	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Farofa	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Molho de laranja	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Macarrão	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Cebola refogada	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Farofa
	Lasanha de carne moida	Frango na chapa	Yakisoba vegetariano	Carne suína	Frango ao molho
	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes
	Saladas	Saladas	Saladas	Saladas	Saladas
	Fruta	Beijinho caseiro	Gelatina	Brigadeiro caseiro	Fruta
LANCHE TARDE	Iogurte, crispy de soja, bolacha e chá.	Bolo de cenoura, chá, suco	Pão de queijo, fruta, suco e chá.	Mini pão doce caseiro, chá, fruta	Pão recheado, chá de camomila e fruta
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
JANTAR	Arroz e carne ao molho	Arroz, feijão e frango desfiado	Sopa de feijão	Arroz e carne desfiada	Arroz e caldo de feijão

3ª SEMANA	2ª-feira 18/05/2025	3ª-feira 19/05/2025	4ª-feira 20/05/2025	5ª-feira 21/05/2025	6ª-feira 22/05/2025
LANCHE DA MANHÃ	Suco, chá ou achocolatado, pão francês, ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada	Suco, chá ou achocolatado, pão caseiro, patê, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada	Suco, chá ou achocolatado, pão caseiro, margarina ou ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada	Suco, chá ou achocolatado, pão caseiro, margarina ou ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada	Suco, chá ou achocolatado, pão francês, ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada
ALMOÇO	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Molho branco	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Macarrão	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Lentilha	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Bolinho de arroz	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Batata palha
	Linguíça refogada com ervilha	Carne em tiras	Torta de legumes	Rocambole de frango com milho	Strogonoff de carne
	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes
	2 saladas	2 saladas	2 saladas	2 saladas	2 saladas
	Sagu	Gelatina	Fruta	Fruta	Creme doce
LANCHE TARDE	Torta de carne, suco, bolacha, fruta	Torrada com patê, queijo, fruta, chá de camomila.	Mingau de cacau com aveia, fruta, chá.	Chá, bolinha de queijo caseira, fruta, bolacha doce.	Mingau, cha, bolacha doce e salgada, fruta.
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
JANTAR	Arroz e carne	Riisoto	Arroz e soja ao olho	Arroz e carne o molho	Arroz e frango ao molho

4ª SEMANA	2ª-feira 25/05/2025	3ª-feira 26/05/2025	4ª-feira 27/05/2025	5ª-feira 28/05/2025	6ª-feira 29/05/2025
LANCHE DA MANHÃ	Suco, chá ou achocolatado, pão francês, ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada	Suco, chá ou achocolatado, pão caseiro, patê, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada	Suco, chá ou achocolatado, pão caseiro, margarina ou ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada	Suco, chá ou achocolatado, pão caseiro, margarina ou ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada	Suco, chá ou achocolatado, pão francês, ovos mexidos, doce e/ou geleia, bolacha doce e salgada
ALMOÇO	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Molho branco	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Polenta	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Lentilha	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Macarrão	Arroz branco, Arroz colorido, Feijão, Batata assada
	Carne suína refogada	Bife acebolado	Soja	Sobrecoxa de frango	Almondegas
	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes	Legumes
	2 saladas	2 saladas	2 saladas	2 saladas	2 saladas
	Sagu	Gelatina	Fruta	Fruta	Gelatina
	Pão caseiro, bolacha, chá de camomila.	Suco, pão recheado, bolacha	Pão caseiro, bolacha, iogurte, chá	Mingau de cacau, bolacha caseira, cha, pipoca.	Torrada, chá, patê
LANCHE TARDE	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
JANTAR	Macarronada	Arroz e carne	Caldo de feijão	Macarrão e carne	Arroz e frango

Informações Importantes sobre o Cardápio Escolar

O cardápio **está sujeito a alterações ou substituições sem aviso prévio, conforme a sazonalidade dos alimentos, disponibilidade no mercado e aceitação por parte dos alunos**, sempre com a devida autorização da nutricionista responsável.

A seleção **de frutas, verduras e legumes é realizada de acordo com a safra, priorizando os itens mais frescos, saborosos e nutritivos disponíveis em cada estação.**

Nossos fornecedores passam por rigorosos processos de inspeção e controle, com o objetivo de assegurar a qualidade e segurança dos alimentos servidos.

É imprescindível que qualquer alergia ou intolerância alimentar seja comunicada previamente à nutricionista e/ou à direção da escola, mediante apresentação de laudo médico.

As preparações são pensadas de acordo com a faixa etária de cada criança, respeitando suas necessidades nutricionais, com foco na promoção da saúde e do bem-estar. A oferta dos alimentos é realizada de forma orientada, buscando prevenir problemas de saúde e favorecer um crescimento saudável.

Nutricionista Responsável:

Anna Emília – CRN 8 12793