



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

05 à 07/02

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	ESTUDO	PLANEJAMENTO	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	ESTUDO	PLANEJAMENTO	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata e cenoura	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate salada: pepino	Arroz Feijão Frango cozido com abóbora e tomate Salada: pepino
LANCHE I	ESTUDO	PLANEJAMENTO	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	ESTUDO	PLANEJAMENTO	Maçã	Mamão	Maçã
JANTA	ESTUDO	PLANEJAMENTO	Polenta com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne moida, abóbora, batata e chuchu

Composição Nutricional:

KCAL = 926,88 / Ptn = 34g /Lip = 41g /CHO = 106g /Ca = 718,63 mg / Fe = 12,63mg /Retinol = 583,35mcg /Vit C = 81,83mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadootheste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

10 à 14/02

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne isca refogada com batata e cenoura	Arroz Feijão Carne porco Salada: brócolis	Arroz Feijão Frango cozido com cenoura e tomate Salada: tomate	Arroz Feijão Carne cozida com batata e tomate Salada: brócolis
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Mamão	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de acerola	Banana	Melancia	Banana
JANTA	Polenta com carne cozida e tomate	Sopa macarrão com carne moida, batata, cenoura e chuchu	Canjiquinha com frango, cenoura e tomate	Macarrão com frango e tomate	Sopa de macarrão com carne cozida, batata, brócolis e cenoura

Composição Nutricional:

KCAL = 973,79 / Ptn = 36g / Lip = 39g / CHO = 121g / Ca = 723,34mg / Fe = 12,69mg / Retinol = 544,33mcg / Vit C = 154,06mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

17 à 21/02

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne em iscas refogada com cenoura, inhame e milho verde	Arroz Feijão Peixe ao molho com cenoura e tomate	Arroz Feijão Frango cozido com cenoura e tomate Salada: repolho	Arroz Feijão Carne moida refogado com cenoura e tomate Salada: repolho	Arroz Feijão Carne cozida com batata doce e cenoura Salada: tomate
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melancia	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de uva	Mamão	Melão	Mamão
JANTA	Polenta com carne em isca ao molho com cenoura e tomate	Arroz temperado com carne moida, cenoura e tomate	Canjiquinha com frango cozido, cenoura e tomate	Polenta com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne cozida, batata doce, cenoura e chuchu

Composição Nutricional:

KCAL = 1042,17/Ptn = 35g /Lip = 39g /CHO = 141g /Ca = 526,56mg /Fe = 9,26mg /Retinol = 483,88mcg /Vit C = 195,85mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

24 à 28/02

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Virado de ovo com cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne porco	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e tomate Salada: beterraba	Arroz Feijão Carne cozida com batata e cenoura Salada: tomate	Arroz feijão Carne em isca refogado com abobrinha e cenoura Salada: beterraba
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melão	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de acerola	Laranja	Maça	Laranja
JANTA	Macarrão com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne moida, ervilha e tomate	Sopa de macarrão com carne moida, batata, cenoura e feijão	Polenta com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne moida e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 846,05 / Ptn = 32g / Lip = 41g / CHO = 108g / Ca = 724,01mg / Fe = 13,23mg / Retinol = 372,93mcg / Vit C = 488,97mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

03 à 07/03

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ				Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate Salada: repolho	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e chuchu Salada: brócolis
LANCHE I				Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II				Melão	Mamão
JANTA				Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne moida, abóbora, batata e chuchu

Composição Nutricional:

KCAL = 941,40 /Ptn = 36g /Lip = 39g /CHO = 113g /Ca = 738,39mg /Fe = 13,04mg /Retinol = 313,40mcg /Vit C = 44,92mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

10 à 14/03

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata e cenoura	Arroz Feijão Frango cozido com abóbora e tomate	Arroz Feijão Carne iscas refogado com batata, cenoura e ervilha Salada: brócolis	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate Salada: pepino	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com abobrinha e cenoura Salada: brócolis
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melão	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de uva	Banana	Melancia	Banana
JANTA	Canjiquinha com carne moida, cenoura e tomate	Macarrão com frango e tomate	Polenta com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne em isca, batata, cenoura e chuchu

Composição Nutricional:

KCAL = 1059,79 /Ptn = 32g /Lip = 35g /CHO = 137g /Ca = 591,17mg /Fe = 9,08mg /Retinol = 234,16mcg /Vit C = 30,15mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

17 à 21/03

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com batata e cenoura	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate Salada: repolho	Arroz Feijão Frango cozido com batata, cenoura e tomate Salada: repolho	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e tomate Salada: repolho com tomate	Arroz Feijão Carne de porco Salada: pepino
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melancia	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de acerola	Laranja	Maça	Laranja
JANTA	Sopa de macarrão com carne em iscas, cenoura, inhame e feijão	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Macarrão com frango e tomate	Macarrão com carne moida e tomate	Polenta com carne moida, cenoura e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 1008,43 /Ptn = 40g /Lip = 42g /CHO = 113g /Ca = 805,34mg /Fe = 14,29mg /Retinol = 581,28mcg /Vit C = 87,51mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadootheste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

24 à 28/03

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau		Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Farofa de ovo com cenoura, ervilha e tomate	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com cenoura, chuchu e tomate Salada: alface		Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e ervilha Salada: pepino	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e chuchu Salada: beterraba
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)		Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Maçã	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau		Melão	Mamão
JANTA	Macarrão com carne moida e tomate	Polenta com carne moida e tomate		Canjiquinha com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne cozida, batata, cenoura e chuchu

Composição Nutricional:

KCAL = 847,43 /Ptn = 33g /Lip = 34g /CHO = 96g /Ca = 734,67mg /Fe = 13,43mg /Retinol = 625,33mcg /Vit C = 72,55mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

31/03 à 04/04

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão francês com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Peixe ao molho com tomate	Arroz Feijão Carne porco Salada: alface	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e chuchu Salada: brócolis	Arroz Feijão Carne em isca com batata doce, cenoura e tomate Salada: tomate	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate Salada: brócolis
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melão	Pão francês com manteiga e suco de acerola com laranja	Banana	Melancia	Banana
JANTA	Polenta com carne moida, cenoura e tomate	Macarrão com carne moida e tomate	Polenta com frango, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne em iscas, abóbora, batata e chuchu	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 927,40 /Ptn = 37g /Lip = 41g /CHO = 115g /Ca = 724,99mg /Fe = 13,22mg /Retinol = 701,95mcg /Vit C = 56,13mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

07 à 11/04

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Virado de ovo com cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, inhame e tomate Salada: alface	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e chuchu Salada: beterraba	Arroz Feijão Frango cozido com cenoura e tomate Salada: alface	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com batata, cenoura e tomate Salada: beterraba
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melancia	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de uva	Laranja	Maça	Laranja
JANTA	Polenta com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Macarrão com carne moida e tomate	Polenta com frango e tomate	Sopa de macarrão com carne em iscas, cenoura, inhame e feijão

Composição Nutricional:

KCAL = 974,06 /Ptn = 40g /Lip = 40g /CHO = 112g /Ca = 736,60 mg /Fe = 13,43mg /Retinol = 600,35mcg /Vit C = 79,10mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadootheste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

14 à 18/04

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e chá mate	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e chá mate		
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, chuchu e inhame	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com batata, cenoura e ervilha Salada: pepino	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e chuchu Salada: tomate	RECESSO	FERIADO
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)		
LANCHE II	Maça	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de uva	Mamão		
JANTA	Sopa de macarrão com carne cozida, cenoura, chuchu e inhame	Canjiquinha com carne pedaço, cenoura e tomate	Polenta com carne moida e tomate		

Composição Nutricional:

KCAL = 750,66 /Ptn = 26g /Lip = 29g /CHO = 96g /Ca = 499,47 mg /Fe = 9,28mg /Retinol = 397,87mcg /Vit C = 59,54mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

21 à 25/04

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ		Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO		Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com batata e cenoura Salada: brócolis	Arroz Feijão Carne moida refogado com cenoura, chuchu e inhame Salada: alface	Arroz Feijão Carne porco Salada: brócolis
LANCHE I	FERIADO	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II		Pão francês com margarina (S.L.) e suco acerola	Banana	Melancia	Banana
JANTA		Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne em isca, batata e cenoura	Macarrão com carne moida e tomate	Polenta com carne moida e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 772,68 /Ptn = 29g /Lip = 30g /CHO = 98g /Ca = 587,34 mg /Fe = 10,65mg /Retinol = 493,58mcg /Vit C = 121,60mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

28/04 à 02/05

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau			
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne moida refogado com abobrinha e cenoura	Arroz Feijão Carne isca refogado com batata, cenoura e ervilha Salada: alface	ESTUDO PLANEJAMENTO	FERIADO	RECESSO
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)			
LANCHE II	Melancia	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de laranja com acerola			
JANTA	Polenta com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne moida, cenoura e tomate			

Composição Nutricional:

KCAL = 776,56 /Ptn = 32g /Lip = 31g /CHO = 96g /Ca = 689,12mg /Fe = 12,34mg /Retinol = 446,06mcg /Vit C = 650,05mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

05 à 09/05

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne moida refogado com cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate Salada: alface	Arroz Feijão Carne porco Salada: brócolis	Arroz Feijão Frango cozido com batata, cenoura e tomate Salada: repolho	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com batata, cenoura e ervilha Salada: brócolis
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Maça	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de manga	Mamão	Melão	Mamão
JANTA	Polenta com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne cozida, batata, cenoura e chuchu	Macarrão com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne moida, cenoura, inhame e feijão	Polenta com carne em iscas e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 708,47 /Ptn = 27g /Lip = 22g /CHO = 103g /Ca = 567,80mg /Fe = 10,26mg /Retinol = 467,70mcg /Vit C = 88,55mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

12 à 16/05

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate	Arroz Feijão Carne em isca refogado com cenoura e inhame	Arroz Feijão Frango cozido com cenoura e tomate Salada: pepino	Arroz Feijão Carne porco Salada: pepino	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate Salada: pepino
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Mamão	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de uva	Banana	Melancia	Banana
JANTA	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Polenta com carne moida, cenoura e tomate	Macarrão com frango e tomate	Polenta com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne cozida, batata e cenoura

Composição Nutricional:

KCAL = 689,82 /Ptn = 25g /Lip = 21g /CHO = 102g /Ca = 492,83 mg /Fe = 9,16mg /Retinol = 352,98mcg /Vit C = 49,39mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

19 à 23/05

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Peixe o molho com tomate	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate Salada: alface	Arroz Feijão Carne em isca refogado com cenoura, chuchu e inhame Salada: alface	Arroz Feijão Frango cozido com cenoura e tomate Salada: tomate	Arroz Feijão Carne isca refogado com batata, cenoura e tomate Salada: beterraba
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melancia	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de acerola	Laranja	Maça	Laranja
JANTA	Macarrão com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne moida, batata, cenoura e chuchu	Macarrão com frango e tomate	Polenta com carne moida e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 710,33 /Ptn = 26g /Lip = 22g /CHO = 101g /Ca = 503,34 mg /Fe = 9,07mg /Retinol = 361,37mcg /Vit C = 125,36mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadootheste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

26 à 30/05

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e chá mate	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Farofa de ovo com carne moida, cenoura, ervilha e tomate	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne moida refogado com cenoura e inhame Salada: repolho	Arroz Feijão Frango cozido com cenoura e tomate Salada: tomate	Arroz Feijão Carne iscas refogado com batata, cenoura e ervilha Salada: repolho
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Maça	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de acerola	Mamão	Melão	Mamão
JANTA	Polenta com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Macarrão com carne moida e tomate	Canjiquinha com frango, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne em iscas, batata, cenoura e chuchu

Composição Nutricional:

KCAL = 710,81 /Ptn = 25g /Lip = 22g /CHO = 106g /Ca = 468,10mg /Fe = 8,66mg /Retinol = 425,12mcg /Vit C = 78,31mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

02 à 06/06

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e chuchu	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, inhame e tomate Salada: alface	Arroz Feijão Carne em isca refogado com cenoura e inhame Salada: pepino	Arroz Feijão Frango cozido com batata, cenoura e tomate Salada: tomate	Arroz Feijão Carne porco Salada: pepino
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melão	Pão francês com margarina (S.L.) e chá mate	Banana	Melancia	Banana
JANTA	Macarrão com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne cozida, cenoura, chuchu e inhame	Sopa de macarrão com carne moida, batata e cenoura	Macarrão com frango e tomate	Polenta com carne moida e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 711,42 /Ptn = 26g /Lip = 23g /CHO = 103g /Ca = 526,92 mg /Fe = 9,69mg /Retinol = 385,73mcg /Vit C = 36,13mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

09 à 13/06

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e chuchu	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate Salada: alface	Arroz Feijão Frango cozido com tomate Salada: beterraba	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com abobrinha e cenoura Salada: tomate	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate Salada: beterraba
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melancia	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de acerola	Laranja	Maça	Laranja
JANTA	Macarrão com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Macarrão com frango e tomate	Sopa de macarrão com carne em iscas, cenoura, inhame e feijão	Polenta com carne moida e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 716,35 /Ptn = 26g /Lip = 20g /CHO = 103g /Ca = 541,77 mg /Fe = 9,75mg /Retinol = 366,46mcg /Vit C = 145,85mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

16 à 20/06

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	FERIADO MUNICIPAL	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	FERIADO	RECESSO ESCOLAR
ALMOÇO		Arroz Feijão Carne moida refogado com cenoura, chuchu e tomate Salada: alface	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, chuchu e inhame Salada: pepino		
LANCHE I		Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)		
LANCHE II		Pão francês com margarina (S.L.) e suco de laranja com mamão	Mamão		
JANTA		Polenta com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne cozida, cenoura, chuchu e inhame		

Composição Nutricional:

KCAL = 714,10 /Ptn = 25g /Lip = 21g /CHO = 98g /Ca = 547,40 mg /Fe = 9,75mg /Retinol = 439,10mcg /Vit C = 69,73mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

23 à 27/06

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne cozida com batata doce, cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne em isca refogado com batata, cenoura e ervilha	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e tomate Salada: brócolis	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate Salada: pepino	Arroz Feijão Carne porco Salada: brócolis
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melão	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de acerola	Banana	Melancia	Banana
JANTA	Macarrão com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne moida, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne moida, batata e cenoura	Polenta com carne cozida e tomate	Macarrão com carne moida e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 708,78 /Ptn = 26g /Lip = 20g /CHO = 110g /Ca = 535,63 mg /Fe = 9,88mg /Retinol = 408,49mcg /Vit C = 39,25mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

30/06 à 04/07

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Peixe ao molho com tomate Salada: pepino	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate	Arroz Feijão Carne em isca refogado com cenoura, chuchu e inhame	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate Salada: tomate	Arroz Feijão Carne moida refogado com abobrinha e cenoura Salada: beterraba
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melancia	Pão francês com margarina (S.L.) e chá mate	Mamão	Maçã	Mamão
JANTA	Polenta com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne isca, batata, cenoura e chuchu	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne moida, cenoura, inhame e feijão

Composição Nutricional:

KCAL = 699,31 /Ptn = 25g /Lip = 21g /CHO = 102g /Ca = 529,90mg /Fe = 9,62mg /Retinol = 544,93mcg /Vit C = 78,66mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

07 à 11/07

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Virado de ovo com cenoura e tomate Salada: beterraba	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, inhame e tomate Salada: pepino	Arroz Feijão Carne em isca refogado com cenoura, inhame e milho verde Salada: repolho	Arroz Feijão Carne moida refogado com cenoura, chuchu e tomate Salada: beterraba
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Maça	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de laranja com acerola	Banana	Melão	Banana
JANTA	Sopa de macarrão com carne moida, abóbora, batata e	Macarrão com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne cozida, batata doce, cenoura e feijão	Polenta com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne moida e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 708,24 /Ptn = 25g /Lip = 21g /CHO = 110g /Ca = 511,86 mg /Fe = 9,73mg /Retinol = 466,00mcg /Vit C = 279,18mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

14 à 18/07

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ					
ALMOÇO					
LANCHE I	RECESSO ESCOLAR				
LANCHE II					
JANTA					

21 à 25/07

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ					
ALMOÇO					
LANCHE I	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	ESTUDO PLANEJAMENTO	ESTUDO PLANEJAMENTO
LANCHE II					
JANTA					

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

28/07 à 01/08

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate Salada: repolho	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e chuchu	Arroz Feijão Frango cozido com abóbora e tomate Salada: brócolis	Arroz Feijão Carne em isca refogado com batata, cenoura e milho verde Salada: alface	Arroz Feijão Carne moida refogado com cenoura, mandioca e tomate Salada: brócolis
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Laranja	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de uva	Banana	Laranja	Banana
JANTA	Polenta com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne moida e tomate	Polenta com frango e tomate	Sopa de macarrão com carne iscas, batata, cenoura e chuchu	Canjiquinha com carne cozida e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 709,48 /Ptn = 25g /Lip = 21g /CHO = 113g /Ca = 521,51mg /Fe = 9,36mg /Retinol = 341,17mcg /Vit C = 66,94mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

04 à 08/08

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne moida refogado com cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate Salada: alface	Arroz Feijão Carne porco Salada: pepino	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e chuchu Salada: repolho	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com batata, cenoura e ervilha Salada: pepino
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Laranja	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de manga	Mamão	Melão	Mamão
JANTA	Polenta com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne cozida, batata, cenoura e chuchu	Macarrão com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne moida, cenoura, inhame e feijão	Polenta com carne em iscas e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 709,32 /Ptn = 28,39g /Lip = 24g /CHO = 95,91g /Ca = 385,88mg /Fe = 3,46mg /Retinol = 372,28mcg /Vit C = 92,06mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

11 à 15/08

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Virado de ovo com cenoura e tomate Salada: repolho	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata doce, cenoura e tomate Salada: alface	Arroz Feijão Carne em isca refogado com cenoura e inhame Salada: pepino	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate Salada: pepino
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melão	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de uva	Banana	Melancia	Banana
JANTA	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Polenta com carne moida, cenoura e tomate	Macarrão com frango e tomate	Polenta com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne cozida, batata e cenoura

Composição Nutricional:

KCAL = 702,71 /Ptn = 25g /Lip = 21g /CHO = 101g /Ca = 491,21mg /Fe = 9,28mg /Retinol = 431,90mcg /Vit C = 30,46mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

18 à 22/08

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com batata, cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne moida refogado com cenoura, chuchu e inhame Salada: repolho	Arroz Feijão Carne em isca refogado com abobrinha e cenoura Salada: brócolis	ESTUDO PLANEJAMENTO
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	
LANCHE II	Melancia	Pão francês com margarina (S.L.) e suco acerola	Mamão	Laranja	
JANTA	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne em isca, batata e cenoura	Macarrão com carne moida e tomate	Polenta com carne moida e tomate	

Composição Nutricional:

KCAL =708,84 /Ptn = 25g /Lip = 21g /CHO = 101g /Ca = 452,72mg /Fe = 9,42mg /Retinol = 425,58mcg /Vit C = 159,99mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

25 à 29/08

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Peixe o molho com tomate Salada: repolho	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e ervilha Salada: alface	Arroz Feijão Carne cozida com batata doce, cenoura e tomate Salada: tomate	Arroz Feijão Carne isca refogado com cenoura, chuchu e inhame Salada: beterraba
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Mamão	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de acerola	Banana	Melão	Banana
JANTA	Macarrão com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne moida, batata, cenoura e chuchu	Canjiquinha com carne pedaço, cenoura, couve e tomate	Polenta com carne moida e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 747,09 /Ptn = 25,18g /Lip = 22,09g /CHO = 108,11g /Ca = 498,55 mg /Fe = 9,30mg /Retinol = 470,94mcg /Vit C = 81,52mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

01 à 05/09

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e chá mate	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne abobrinha e batata	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata e cenoura Salada: repolho	Arroz Feijão Frango cozido com tomate Salada: tomate	Arroz Feijão Carne iscas refogado com cenoura, chuchu e tomate Salada: repolho
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melão	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de uva	Melancia	Laranja	Melancia
JANTA	Polenta com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Macarrão com carne moida e tomate	Canjiquinha com frango, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne em iscas, batata, cenoura e chuchu

Composição Nutricional:

KCAL = 708,40 /Ptn = 25,06g /Lip = 21,59g /CHO = 99,95g /Ca = 459,87 mg /Fe = 8,54mg /Retinol = 368,57mcg /Vit C = 49,66mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose

NUTRICIONISTA
JOSIANI PATRICIA PEREIRA
CRN3971



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

08 à 12/09

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e chuchu Salada: tomate	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, inhame e tomate	Arroz Feijão Carne em isca refogado com cenoura e inhame Salada: pepino	Arroz Feijão Carne moida refogada com batata doce, cenoura e tomate Salada: tomate	Arroz Feijão Carne porco Salada: pepino
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Laranja	Pão francês com margarina (S.L.) e chá mate	Melão	Mamão	Melão
JANTA	Canjiquinha com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne cozida, cenoura, chuchu e inhame	Sopa de macarrão com carne moida, batata e cenoura	Macarrão com carne moida e tomate	Polenta com carne moida e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 718,28 /Ptn = 25,89g /Lip = 23,09g /CHO = 107,83g /Ca = 538,58mg /Fe = 9,79mg /Retinol = 422,86mcg /Vit C = 75,16mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

15 à 19/09

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Farofa de ovo com cenoura, ervilha e tomate Salada: pepino	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e chuchu Salada: beterraba	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com abobrinha e cenoura Salada: tomate	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate Salada: beterraba
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melancia	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de acerola	Laranja	Maça	Laranja
JANTA	Macarrão com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Polenta com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne em iscas, cenoura, inhame e feijão	Polenta com carne moida e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 757,16 /Ptn = 25,62g /Lip = 23,62g /CHO = 112,86g /Ca = 524,79mg /Fe = 9,98mg /Retinol = 434,37mcg /Vit C = 77,71mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

22 à 26/09

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne cozida com batata doce, cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne em isca refogado com batata, cenoura e ervilha	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e tomate Salada: brócolis	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate Salada: pepino	Arroz Feijão Carne porco Salada: brócolis
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melancia	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de uva	Melão	Laranja	Melão
JANTA	Macarrão com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne moida, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne moida, batata e cenoura	Polenta com carne cozida e tomate	Macarrão com carne moida e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 709,25 /Ptn = 25,04g /Lip = 19,98g /CHO = 110,85g /Ca = 536,48mg /Fe = 9,76mg /Retinol = 413,86mcg /Vit C = 38,46mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

29/09 à 03/10

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Frango cozido com batata e cenoura Salada: pepino	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate	Arroz Feijão Carne em isca refogado com cenoura, chuchu e inhame Salada: alface	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate Salada: tomate	Arroz Feijão Carne moida refogado com abobrinha e cenoura Salada: repolho
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Laranja	Pão francês com margarina (S.L.) e chá mate	Mamão	Maça	Mamão
JANTA	Polenta com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne isca, batata, cenoura e chuchu	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne moida, cenoura, inhame e feijão

Composição Nutricional:

KCAL = 708,26 /Ptn = 25,08g /Lip = 21,25g /CHO = 102,52g /Ca = 535,53mg /Fe = 9,61mg /Retinol = 543,70mcg /Vit C = 93,85mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

06 à 10/10

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Virado de ovo com cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, inhame e tomate Salada: alface	Arroz Feijão Carne em isca refogado com cenoura, inhame e milho verde Salada: pepino	Arroz Feijão Carne moida refogado com cenoura, chuchu e tomate Salada: pepino com tomate
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Maça	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de laranja com acerola	Banana	Melancia	Banana
JANTA	Sopa de macarrão com carne moida, abóbora, batata e	Macarrão com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne cozida, batata doce, cenoura e feijão	Polenta com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne moida e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 701,23 /Ptn = 25,10g /Lip = 21,03g /CHO = 110,24g /Ca = 510,93mg /Fe = 9,73mg /Retinol = 444,72mcg /Vit C = 27,80mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

13 à 17/10

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Peixe ao molho com tomate	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, inhame e tomate	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e chuchu Salada: beterraba	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate Salada: alface	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com batata, cenoura e tomate Salada: beterraba
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melancia	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de uva	Laranja	Melão	Laranja
JANTA	Polenta com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Macarrão com carne moida e tomate	Polenta com frango e tomate	Sopa de macarrão com carne em iscas, cenoura, inhame e feijão

Composição Nutricional:

KCAL = 761,69 /Ptn = 26,57g /Lip = 21,44g /CHO = 109,81g /Ca = 433,30mg /Fe = 9,37mg /Retinol = 401,90mcg /Vit C = 80,33mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

20 à 24/10

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com batata, cenoura e tomate Salada: beterraba	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate	Arroz Feijão Carne moida refogado com cenoura, chuchu e inhame Salada: repolho	Arroz Feijão Carne isca refogado com cenoura, chuchu e toamte Salada: brócolis	RECESSO ESCOLAR
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	
LANCHE II	Melão	Pão francês com margarina (S.L.) e suco acerola	Mamão	Maça	
JANTA	Sopa de macarrão com carne em isca, batata e cenoura	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Macarrão com carne moida e tomate	Polenta com carne moida e tomate	

Composição Nutricional:

KCAL = 771,04 /Ptn = 25,87g /Lip = 22,96g /CHO = 98,84g /Ca = 593,16 mg /Fe = 10,68mg /Retinol = 495,59mcg /Vit C = 58,82mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

27 à 31/10

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne moida refogado com cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne porco Salada: repolho	Arroz Feijão carne moida com batata doce, cenoura e tomate Salada: tomate	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com batata, cenoura e ervilha Salada: repolho
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Mamão	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de acerola	Banana	Melancia	Banana
JANTA	Polenta com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne cozida, batata, cenoura e chuchu	Macarrão com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne moida, cenoura, inhame e feijão	Polenta com carne em iscas e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 726,84 /Ptn = 25,11g /Lip = 21,78g /CHO = 112,35g /Ca = 563,13mg /Fe = 10,38mg /Retinol = 476,64mcg /Vit C = 77,92mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

03 à 07/11

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate Salada: repolho	Arroz Feijão Carne isca refogado com cenoura e inhame	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e ervilha Salada: alface	Arroz Feijão Peixe ao molho com tomate Salada: tomate	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate Salada: pepino
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melancia	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de uva	Laranja	Melão	Laranja
JANTA	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Polenta com carne moida e tomate	Macarrão com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne cozida, batata e cenoura

Composição Nutricional:

KCAL = 709,14/Ptn = 25,25g /Lip= 20,31g/CHO = 100,52g /Ca = 500,86mg /Fe = 9,19mg /Retinol = 366,68mcg /Vit C = 36,55mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

10 à 14/11

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e tomate Salada: pepino	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate	Arroz Feijão Carne em isca refogado com cenoura, chuchu e inhame Salada: beterraba	Arroz Feijão Frango cozido com cenoura e tomate Salada: alface	Arroz Feijão Carne isca refogado com batata, cenoura e tomate Salada: beterraba
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melão	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de acerola	Maçã	Mamão	Maçã
JANTA	Macarrão com carne moida e tomate	Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne moida, batata, cenoura e chuchu	Macarrão com frango e tomate	Polenta com carne moida e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 709,725 /Ptn = 25,55g /Lip = 21,84g /CHO = 101,22g /Ca = 502,85mg /Fe = 9,14mg /Retinol = 411,49mcg /Vit C = 130,66mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

17 à 21/11

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau		
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, chuchu e inhame Salada: tomate	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com batata, cenoura e ervilha Salada: pepino	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e chuchu Salada: brócolis	RECESSO	FERIADO
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)		
LANCHE II	Mamão	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de acerola com laranja	Laranja		
JANTA	Sopa de macarrão com carne cozida, batata, cenoura e chuchu	Canjiquinha com carne moida e tomate	Polenta com carne moida e tomate		

Composição Nutricional:

KCAL = 710,96 /Ptn = 25,33g /Lip = 20,34g /CHO = 100,33g /Ca = 525,61mg /Fe = 9,45mg /Retinol = 392,93mcg /Vit C = 49,20mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose

NUTRICIONISTA
JOSIANI PATRICIA PEREIRA
CRN3971



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

24 à 28/11

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Farofa de ovo com cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne moida refogado com batata, cenoura e tomate Salada: alface	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate Salada: repolho	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com batata, cenoura e ervilha Salada: tomate
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melão	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de acerola	Banana	Melancia	Banana
JANTA	Canjiquinha com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne cozida, batata, cenoura e chuchu	Macarrão com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne moida, cenoura, inhame e feijão	Polenta com carne em iscas e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 722,73 /Ptn = 26,60g /Lip = 21,77g /CHO = 106,52g /Ca = 563,33mg /Fe = 10,40mg /Retinol = 475,15mcg /Vit C = 124,32mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

01 à 05/12

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne cozida com cenoura, mandioca e tomate Salada: repolho	Arroz Feijão Frango cozido com tomate	Arroz Feijão Carne em isca refogado com cenoura e tomate Salada: alface	Arroz Feijão Carne porco Salada: pepino	Arroz Feijão Carne moida com batata, cenoura e chuchu Salada: pepino
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melancia	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de uva	Maça	Mamão	Maça
JANTA	Sopa de macarrão com carne cozida, batata doce, cenoura e feijão	Polenta com carne moida, cenoura e tomate	Macarrão com frango e tomate	Canjiquinha com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne moida, batata e cenoura

Composição Nutricional:

KCAL = 722,11 /Ptn = 26g /Lip = 21g /CHO = 109g /Ca = 515,33mg /Fe = 9,50mg /Retinol = 428,35mcg /Vit C = 49,12mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

08 à 12/12

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ		Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite (S.L.) com cacau
ALMOÇO	FERIADO	Arroz Feijão Farofa de ovo com cenoura, ervilha e tomate	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com batata e cenoura Salada: repolho	Arroz Feijão Carne moida refogado com cenoura, chuchu e tomate Salada: tomate	Arroz Feijão Frango cozido com tomate Salada: beterraba
LANCHE I		Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II		Pão francês com margarina (S.L.) e suco acerola	Laranja	Melão	Laranja
JANTA		Canjiquinha com carne cozida, cenoura e tomate	Sopa de macarrão com carne em isca, batata, cenoura e chuchu	Macarrão com carne moida e tomate	Polenta com frango e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 707,40 /Ptn = 25,77g /Lip = 22,50g /CHO = 95,75g /Ca = 520,41mg /Fe = 9,27mg /Retinol = 413,91mcg /Vit C = 142,88mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose



MUNICÍPIO DE FORMOSA DO OESTE

ESTADO DO PARANÁ

AV. SEVERIANO B. DOS SANTOS, 111 - CEP 85830-000 CNPJ: 76.208.495/0001-00 FONE /FAX 44 - 3526 -1122
www.formosadooeste.pr.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CMEI PINGO DE GENTE INTEGRAL (Educação Infantil 1 a 3 anos) – Intolerância a Lactose

15 à 19/12

	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite de soja com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite de soja com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite de soja com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite de soja com cacau	Pão caseiro com margarina (S.L.) e leite de soja com cacau
ALMOÇO	Arroz Feijão Carne moida refogado com abobrinha e batata Salada: beterraba	Arroz Feijão Carne cozida com batata, cenoura e tomate	Arroz Feijão Carne porco Salada: brócolis	Arroz Feijão Frango cozido com tomate Salada: alface	Arroz Feijão Carne em iscas refogado com batata, cenoura e ervilha Salada: brócolis
LANCHE I	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)	Mamadeira (leite sem lactose)
LANCHE II	Melão	Pão francês com margarina (S.L.) e suco de uva	Banana	Melancia	Banana
JANTA	Polenta com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne cozida, batata, cenoura e chuchu	Macarrão com carne moida e tomate	Sopa de macarrão com carne moida, cenoura, inhame e feijão	Canjiquinha com carne em iscas e tomate

Composição Nutricional:

KCAL = 724,73 /Ptn = 26g /Lip = 20g /CHO = 112g /Ca = 515,14 mg /Fe = 9,64mg /Retinol = 370,92mcg /Vit C = 36,49mg

Obs.: S.L. = Sem Lactose