Umuarama
PREFEITURA DA CIDADE
SECRETARIA EDUCAÇÃO

**Prefeitura Municipal de Umuarama**
**Divisão de Alimentação Escolar**

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
UMUARAMA - PR

# CARDÁPIO SEMANAL INFANTIL AGOSTO - 2026

| REFEIÇÕES | | | SEGUNDA-FEIRA 03/08/2026 | TERÇA-FEIRA 04/08/2026 | QUARTA-FEIRA 05/08/2026 | QUINTA-FEIRA 06/08/2026 | SEXTA – FEIRA 07/08/2026 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| INTEGRAL | PARCIAL MANHÃ | CAFÉ DA MANHÃ | Bolacha cream craker<br>***Leite | Pão com margarina ou manteiga<br>***Leite | Pão com queijo<br>***Leite | Pão com margarina ou manteiga<br>***Leite | Pão com margarina ou manteiga<br>***Leite |
| | | ALMOÇO | Arroz<br>Feijão<br>Omelete* de forno com legumes<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijoada com carne suína e legumes<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Carne bovina (peça inteira) cozida na pressão e depois assada com **legumes e fatiada (churrasco)<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão<br>Coxa e sobrecoxa assada com ***batatas<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Carne moída<br>Salada colorida/legumes |
| | PARCIAL TARDE | LANCHE DA TARDE | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| | | JANTAR | Arroz<br>Feijão<br>Omelete* de forno com legumes<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijoada com carne suína e legumes<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Carne bovina (peça inteira) cozida na pressão e depois assada e fatiada (churrasco)<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão<br>Coxa e sobrecoxa Assada com ****batatas<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão<br>Carne moída<br>Salada colorida/legumes |

*** A receita utilizando ovos pode ser alterada para refogado de ovos com legumes ou omelete de acordo com a melhor aceitabilidade dos alunos.** ** Podem ser utilizados os legumes que estiverem disponíveis. *** O leite pode ser servido com cacau e gel de uvas passas ou puro ou batido com frutas ou leite com leite em pó tostado. Servir conforme melhor aceitação dos alunos. **** **A batata pode ser substituída por batata doce ou mandioca, inhame ou legumes, caso haja disponibilidade destes outros alimentos.** As preparações estão sujeitas a alterações de acordo com a disponibilidade, sazonalidade e abastecimento dos alimentos. As mudanças não afetarão a qualidade e o valor nutricional da preparação a ser servida. Resolução do FNDE nº 4, de 26 de fevereiro de 2026 e está sujeito a alterações conforme a disponibilidade, intercorrências na entrega e melhor aproveitamento dos alimentos, dependendo do prazo de validade e/ou disponibilidade no estoque.

Nutricionistas responsáveis: Huana da Silva de Godoi CRN8/12212, Adriela Albino Rydlewski Ito CRN 8/4846, Geovana Smiderle Hornburg, CRN 8/14299

Umuarama
PREFEITURA DA CIDADE
SECRETARIA EDUCAÇÃO

**Prefeitura Municipal de Umuarama**
**Divisão de Alimentação Escolar**

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
UMUARAMA - PR

# CARDÁPIO SEMANAL INFANTIL AGOSTO - 2026

| REFEIÇÕES | | | SEGUNDA-FEIRA 10/08/2026 | TERÇA-FEIRA 11/08/2026 | QUARTA-FEIRA 12/08/2026 | QUINTA-FEIRA 13/08/2026 | SEXTA – FEIRA 14/08/2026 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| INTEGRAL | PARCIAL MANHÃ | CAFÉ DA MANHÃ | Bolacha cream craker<br>***Leite | Pão com margarina ou manteiga<br>***Leite | Pão com queijo<br>***Leite | Pão com margarina ou manteiga<br>***Leite | Pão com margarina ou manteiga<br>***Leite |
| | | ALMOÇO | Macarrão c/ molho à bolonhesa (carne moída), milho e ervilha<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Frango com **legumes<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão<br>Polenta ou canjiquinha<br>Carne cozida com *mandioca<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Carne suína assada com molho de laranja refogada com cebola, cheiro verde, açafrão e **legumes<br>Salada colorida/legumes | Sopa de Mandioca carne bovina (Coxão Duro), ervilha e **legumes |
| | PARCIAL TARDE | LANCHE DA TARDE | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| | | JANTAR | Macarrão c/ molho à bolonhesa (carne moída), milho e ervilha<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Frango com **legumes<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão<br>Polenta ou canjiquinha<br>Carne cozida com *mandioca<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Carne suína assada com molho de laranja refogada com cebola, cheiro verde, açafrão e **legumes<br>Salada colorida/legumes | Sopa de Mandioca carne bovina (coxão duro), ervilha e **legumes |

*** A mandioca pode ser substituída por batata doce ou batata, inhame ou legumes, caso haja disponibilidade destes outros alimentos.** Podem ser utilizados os legumes que estiverem disponíveis. *** O leite pode ser servido com cacau e gel de uvas passas ou puro ou batido com frutas ou leite com leite em pó tostado. Servir conforme melhor aceitação dos alunos.** As preparações estão sujeitas a alterações de acordo com a disponibilidade, sazonalidade e abastecimento dos alimentos. As mudanças não afetarão a qualidade e o valor nutricional da preparação a ser servida. Resolução do FNDE nº 4, de 26 de fevereiro de 2026 e está sujeito a alterações conforme a disponibilidade, intercorrências na entrega e melhor aproveitamento dos alimentos, dependendo do prazo de validade e/ou disponibilidade no estoque.

Nutricionistas responsáveis: Huana da Silva de Godoi CRN8/12212, Adriela Albino Rydlewski Ito CRN 8/4846, Geovana Smiderle Hornburg, CRN 8/14299

Umuarama
PREFEITURA DA CIDADE
SECRETARIA EDUCAÇÃO

**Prefeitura Municipal de Umuarama**
**Divisão de Alimentação Escolar**

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
UMUARAMA - PR

# CARDÁPIO SEMANAL INFANTIL AGOSTO -2026

| REFEIÇÕES | | | SEGUNDA-FEIRA 17/08/2026 | TERÇA-FEIRA 18/08/2026 | QUARTA-FEIRA 19/08/2026 | QUINTA-FEIRA 20/08/2026 | SEXTA – FEIRA 21/08/2026 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| INTEGRAL | PARCIAL MANHÃ | CAFÉ DA MANHÃ | Bolacha cream craker<br>***Leite | Pão com margarina ou manteiga<br>***Leite | Pão com queijo<br>***Leite | Pão com margarina ou manteiga<br>***Leite | Pão com margarina ou manteiga<br>***Leite |
| | | ALMOÇO | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>**Omelete***<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão<br>Carne suína cozida na pressão e depois assada no forno com **legumes/****batata doce<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Polenta ou canjiquinha<br>Coxa/Sobrecoxa de frango assada com batata doce<br>Salada colorida/legumes | Sopa de macarrão com carne moída e legumes | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Coxa/sobrecoxa refogado<br>Salada colorida/legumes |
| | PARCIAL TARDE | LANCHE DA TARDE | Bolo de aveia, banana ou maçã e uvas passas | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| | | JANTAR | Arroz<br>Feijão<br>**Omelete***<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Carne suína cozida na pressão e depois assada no forno com **legumes/****batata doce<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Polenta ou canjiquinha<br>Coxa/Sobrecoxa assada<br>Salada colorida/legumes | Sopa de macarrão com carne moída e legumes | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Coxa/sobrecoxa refogado<br>Salada colorida/legumes |

*** A receita utilizando ovos pode ser alterada para refogado de ovos com legumes ou omelete de acordo com a melhor aceitabilidade dos alunos. ** Podem ser utilizados os legumes que estiverem disponíveis. *** O leite pode ser servido com cacau e gel de uvas passas ou puro ou batido com frutas ou leite com leite em pó tostado. Servir conforme melhor aceitação dos alunos. ****A batata doce pode ser substituída por batata ou mandioca, inhame ou legumes, caso haja disponibilidade destes outros alimentos na escola.**

Nutricionistas responsáveis: Huana da Silva de Godoi CRN8/12212, Adriela Albino Rydlewski Ito CRN 8/4846, Geovana Smiderle Hornburg, CRN 8/14299

Umuarama
PREFEITURA DA CIDADE
SECRETARIA EDUCAÇÃO

**Prefeitura Municipal de Umuarama**
**Divisão de Alimentação Escolar**

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
UMUARAMA - PR

# CARDÁPIO SEMANAL INFANTIL AGOSTO - 2026

| REFEIÇÕES | | | SEGUNDA-FEIRA 24/08/2026 | TERÇA-FEIRA 25/08/2026 | QUARTA-FEIRA 26/08/2026 | QUINTA-FEIRA 27/08/2026 | SEXTA – FEIRA 28/08/2026 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| INTEGRAL | PARCIAL MANHÃ | CAFÉ DA MANHÃ | Bolacha cream craker<br>***Leite | Pão com margarina ou manteiga<br>***Leite | Pão com queijo<br>***Leite | Pão com margarina ou manteiga<br>***Leite | Pão com margarina ou manteiga<br>***Leite |
| | | ALMOÇO | Sopa de macarrão c/ carne moída, milho, ervilha<br>**legumes | Arroz<br>Polenta ou canjiquinha<br>Carne Suína cozida/refogada c/ cebola, cheiro verde, colorau, açafrão<br>- Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão<br>Estrogonofe de carne bovina com grão de bico<br>- Salada colorida | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Coxa/Sobrecoxa de frango assado c/ **legumes e *batata<br>Salada colorida | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Carne Bovina cozida com Grão de Bico e cenoura ralada.<br>Salada |
| | PARCIAL TARDE | LANCHE DA TARDE | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| | | JANTAR | Sopa de macarrão c/ carne moída, milho, ervilha<br>**legumes | Arroz<br>Polenta ou canjiquinha<br>Carne Suína cozida/refogada c/ cebola, cheiro verde, colorau, açafrão<br>- Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão<br>Estrogonofe de carne bovina com grão de bico<br>- Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Coxa/Sobrecoxa de frango assado c/ **legumes e *batata<br>- Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão<br>Carne Bovina cozida com Grão de Bico e cenoura ralada<br>- Salada colorida/legumes |

***A batata doce pode ser substituída por batata ou mandioca, inhame ou legumes, caso haja disponibilidade destes outros alimentos na escola.** Podem ser utilizados os legumes que estiverem disponíveis. *** O leite pode ser servido com cacau e gel de uvas passas ou puro ou batido com frutas ou leite com leite em pó tostado. Servir conforme melhor aceitação dos alunos.*

Resolução do FNDE nº 4, de 26 de fevereiro de 2026 e está sujeito a alterações conforme a disponibilidade, intercorrências na entrega e melhor aproveitamento dos alimentos, dependendo do prazo de validade e/ou disponibilidade no estoque.

Nutricionistas responsáveis: Huana da Silva de Godoi CRN8/12212, Adriela Albino Rydlewski Ito CRN 8/4846, Geovana Smiderle Hornburg, CRN 8/14299

Umuarama
PREFEITURA DA CIDADE
SECRETARIA EDUCAÇÃO

**Prefeitura Municipal de Umuarama**
**Divisão de Alimentação Escolar**

DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
UMUARAMA - PR

# CARDÁPIO SEMANAL INFANTIL AGOSTO - 2026

| REFEIÇÕES | | | SEGUNDA-FEIRA 31/08/2026 | TERÇA-FEIRA 01/09/2026 | QUARTA-FEIRA 02/09/2026 | QUINTA-FEIRA 03/09/2026 | SEXTA – FEIRA 04/09/2026 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| INTEGRAL | PARCIAL MANHÃ | CAFÉ DA MANHÃ | Bolacha cream craker<br>***Leite | Pão com margarina ou manteiga<br>***Leite | Pão com queijo<br>***Leite | Pão com margarina ou manteiga<br>***Leite | Pão com margarina ou manteiga<br>***Leite |
| | | ALMOÇO | Arroz<br>Feijão<br>*Omelete de forno com **legumes<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão<br>- Carne moída com legumes<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Coxa/sobrecoxa refogado c/ colorau, tomate, orégano, grão de bico e cheiro verde<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Carne suína<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão<br>Coxa/sobrecoxa refogado<br>Salada colorida/legumes |
| | PARCIAL TARDE | LANCHE DA TARDE | Bolo de aveia, banana ou maçã e uvas passas | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| | | JANTAR | Arroz<br>Feijão<br>*Omelete de forno com **legumes<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão<br>Carne moída com legumes<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Coxa/sobrecoxa refogado c/ colorau, tomate, orégano, grão de bico e cheiro verde<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão com ervilha ou lentilha<br>Carne suína<br>Salada colorida/legumes | Arroz<br>Feijão<br>Coxa/sobrecoxa refogado<br>Salada colorida/legumes |

*** A receita utilizando ovos pode ser alterada para refogado de ovos com legumes ou omelete de acordo com a melhor aceitabilidade dos alunos.** ** Podem ser utilizados os legumes que estiverem disponíveis. *** O leite pode ser servido com cacau e gel de uvas passas ou puro ou batido com frutas ou leite com leite em pó tostado. Servir conforme melhor aceitação dos alunos.**
Resolução do FNDE nº 4, de 26 de fevereiro de 2026 e está sujeito a alterações conforme a disponibilidade, intercorrências na entrega e melhor aproveitamento dos alimentos, dependendo do prazo de validade e/ou disponibilidade no estoque.

Nutricionistas responsáveis: Huana da Silva de Godoi CRN8/12212, Adriela Albino Rydlewski Ito CRN 8/4846, Geovana Smiderle Hornburg, CRN 8/14299

# OMELETE DE FORNO COM LEGUMES

**Ingredientes**

- Farinha de trigo - 250 gramas ou 1 caneca cheia
- Ovos - 24 unidades
- Legumes diversos - 600 gramas ou 3 canecas
- Margarina ou manteiga ou óleo - 50 gramas ou 3 colheres de sopa
- Fermento em pó - 16 gramas ou 2 colheres de sopa
- Cebola, alho, salsinha, cebolinha a gosto
- Sal - pouca quantidade

**Modo de preparo**

Misturar os legumes, cebola, alho, salsinha, cebolinha e reserve. Bata os ovos na batedeira, acrescente a farinha, o sal e por último o fermento. Despeje em forma untada e enfarinhada e por cima coloque a mistura com os temperos e legumes. Asse em forno brando de aproximadamente 160°C por 25 minutos.

**Tempo de preparo:** 35 minutos.

**Rendimento:** 48 porções.