

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
DEPARTAMENTO ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO APAE SEM PEIXE PARTE 1
JUNHO/2022

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL

HORÁRIO	SEGUNDA 30/05	TERÇA 31/05	QUARTA 01/06	QUINTA 02/06	SEXTA 03/06	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL				
						KCAL	502,4	Kcal	CA	139,71 mg
DESJEJUM 7:30H - 8:00H			Café com leite + pão fatiado c/ queijo e margarina	Suco Integral de Laranja + pão c/ requeijão	Leite com banana + bolo de laranja	CHO	56,3	g	FE	13,16 mg
MERENDA MANHÃ/TARDE 10H - 15:00H			Arroz + Feijão, Carioaca + Carne moída ao molho + polenta, + salada de acelga c/ escarola + mamão	Risoto de Frango (batata, cenoura, milho, frango) + salada de repolho + tangerina	Arroz + Feijão Preto + Carne Bovina ao molho com mandioca + salada de alface + caqui	PTN	43,7	g	VIT. A	205,66 mcg
						LIP	12,5	g	VIT. C	199,14 mg
MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL						KCAL	514,6	Kcal	CA	121,58 mg
HORÁRIO	SEGUNDA 06/06	TERÇA 07/06	QUARTA 08/06	QUINTA 09/06	SEXTA 10/06	CHO	54,2	g	FE	12,50 mg
DESJEJUM 7:30H - 8:00H	Suco integral de uva + pão c/ queijo + tomate + alface	Suco integral de maçã + bolo de fubá + caqui	Vitamina de Frutas (banana + morango) + biscoito doce integral	Chá c/ leite + pão com manteiga	Café c/ leite + biscoito salgado integral + laranja	PTN	38,5	g	VIT. A	202,88 mcg
MERENDA MANHÃ/TARDE 10H - 15:00H	Macarrão Parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de repolho c/ cenoura + maçã	Arroz + Feijão carioca + Bolinho de carne ao molho + salada acelga + mamão	Arroz Integral + Feijão Preto + Frango ao molho com legumes (abóbora + chuchu) + salada de pepino c/ tomate + tangerina	Arroz + Feijão Carioca + Carne ao molho + Purê de Batatas + Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Preto + Frango (sassami) ao molho + salada de brócolis + maçã	LIP	11,0	g	VIT. C	247,89 mg
MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL						KCAL	500,4	Kcal	CA	117,40 mg
HORÁRIO	SEGUNDA 13/06	TERÇA 14/06	QUARTA 15/06	QUINTA 16/06	SEXTA 17/06	CHO	53,0	g	FE	13,96 mg
DESJEJUM 7:30H - 8:00H	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + caqui	Chá c/ leite + biscoito salgado integral + mamão	Leite com maçã + bolo de cenoura sem cobertura	FERIADO	RECESSO	PTN	42,1	g	VIT. A	288,10 mcg
MERENDA MANHÃ/TARDE 10H - 15:00H	Arroz + Feijão Preto + Carne Bovina ao molho com mandioca + salada de alface + laranja	Arroz + Feijão Preto + Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de chuchu, milho e ervilha + maçã	Arroz + Feijão Preto + Carne ao molho c/ legumes (abóbora + abobrinha) + salada de alface e tomate	FERIADO	RECESSO	LIP	10,9	g	VIT. C	245,85 mg

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº7893 CRN 8º REGIAO Nº 1781
Contrato nº 070/2021

Lígia Márcia Odeio Faria Vicente
Mat. Funcional 11.170 CRN 8º REGIAO Nº 2221
Contrato nº 070/2021

Camille Cordeiro de Carvalho
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIAO Nº 1102
Contrato nº 070/2021

Bruna Rosalinski de Borba
CRN 8º REGIAO 13.128
Coordenadora Operacional
SEPAT MULTI SERVICE

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
DEPARTAMENTO ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

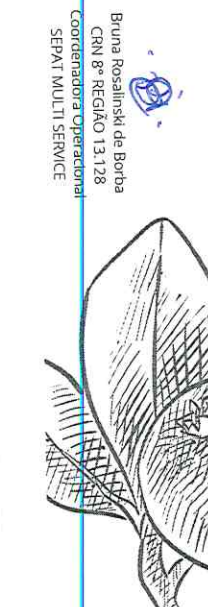
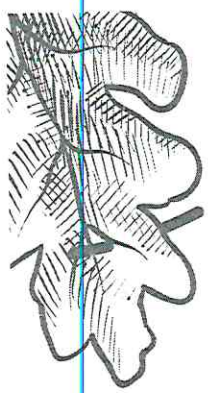


CARDÁPIO APAE SEM PEIXE PARTE 2
JUNHO/2022



HORÁRIO	SEGUNDA 20/06	TERÇA 21/06	QUARTA 22/06	QUINTA 23/06	SEXTA 24/06	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL					
						KCAL	Kcal	CA	110,96	mg	
DESJEJUM 7:30H - 8:00H	Suco de abacaxi natural + pão c/ ovo + mamão	Chá c/ leite + pão com manteiga	Suco Integral de maçã + pão com queijo + tomate + alface	Café c/ leite + biscoito salgado integral + manga	Salada de frutas (kiwi + maçã + mamão) com aveia	CHO	49,9	g	FE	11,25	mg
MERENDA MANHÃ/TARDE 10H - 15:00H	Arroz + Feijão Carioca + Carne moída com legumes (abóbora e inhame) + salada alface + caqui	Arroz + Feijão Preto + Frango (sassami) grelhado + salada de brócolis + mamão	Arroz + Feijão Carioca + Barrado + farinha de mandioca + salada de tomate c/ cebola + banana	Arroz + Feijão Preto + Omelete assado com espinafre e tomate + abobrinha e cenoura refogadas + kiwi c/ morango picado	Suco Integral de uva + Cachorro-quente + pinhão + pipoca + bolo de milho	PTN	36,9	g	VT. A	236,78	mcg
						LIP	11,0	g	VT. C	201,00	mg
HORÁRIO	SEGUNDA 27/06	TERÇA 28/06	QUARTA 29/06	QUINTA 30/06	SEXTA 01/07	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL					
DESJEJUM 7:30H - 8:00H	Vitamina de Frutas (abacate + banana) + biscoito doce integral	Suco de abacaxi natural + pão c/ ovo + laranja	logunte morango + biscoito doce integral + banana	Chá c/ leite + biscoito salgado integral + maçã		KCAL	325,6	Kcal	CA	73,25	mg
						CHO	28,7	g	FE	6,89	mg
MERENDA MANHÃ/TARDE 10H - 15:00H	Macarrão com molho de Carne Moída + salada de brócolis com cenoura + tangerina	Arroz + Feijão Preto + Frango ao Molho + Jardineira de Legumes (batata doce, abóbora e abobrinha) + maçã	Arroz + Feijão Carioca + Quibe assado + salada de repolho + mamão	Suco integral de uva + Pão c/ frango destriado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de laranja		PTN	14,0	g	VT. A	96,32	mcg
						LIP	4,2	g	VT. C	65,10	mg

Aluno: Geovana Maysa Gonçalves - Apae
Dieta: Alergia a Frutos do Mar



Patricia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIAO Nº 1781
Contrato nº 070/2021

Ligia Maria Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional nº 1146 CRN 8º REGIAO Nº 2321
Contrato nº 070/2021

Carmel Consórcio de Carvalho
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIAO Nº 1102
Contrato nº 070/2021

Bruna Rosalinski de Borba
CRN 8º REGIAO 13.128
Coordenadora Operacional
SEPAT MULTI SERVICE