

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
DEPARTAMENTO ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR
**CARDÁPIO PARCIAL ESPECIAL SEM LACTOSE E
CÍTRICOS PARTE 1**
JUNHO/2022

HORÁRIO	SEGUNDA 30/05	TERÇA 31/05	QUARTA 01/06	QUINTA 02/06	SEXTA 03/06	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
						KCAL	502,4	Kcal	CA	139,71
10:00 MERENDA MANHÃ			Arroz + Feijão Carioca + Carne moída ao molho + polenta + salada de acelga c/ escarola + mamão	Risoto de Frango (batata, cenoura, milho, frango) + salada de repolho + banana	Salada de Frutas (mamão, maçã, uva) com aveia	CHO	56,3	g	FE	13,16
						PTN	43,7	g	VIT. A	205,66
						LIP	12,5	g	VIT. C	199,14
15:00 MERENDA TARDE			Chá com leite s/ lactose + biscoito polvilho s/ lactose + mamão	Vitamina de frutas c/ leite s/ lactose (banana + morango) + biscoito doce integral s/ lactose	Café c/ leite s/ lactose + pão s/ lactose com queijo s/ lactose e margarina s/ lactose	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
						KCAL	514,6	Kcal	CA	121,58
						CHO	54,2	g	FE	12,50
10:00 MERENDA MANHÃ	Macarrão Parafuso + Frango ao Molho desfiado + salada de repolho c/ cenoura + maçã	Arroz + Feijão Carioca + Bolinho de carne ao molho + salada de acelga + mamão	Arroz Integral + Feijão Preto + Frango ao molho com legumes (abóbora + chuchu) + salada de pepino com tomate + caqui	Arroz + Feijão Carioca + Carne ao molho + purê de batatas s/ leite + salada de beterraba	iogurte Morango s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose + banana	PTN	38,5	g	VIT. A	202,88
						LIP	11,0	g	VIT. C	247,89
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
15:00 MERENDA TARDE	Suco integral de uva + pão s/ lactose com ovo + maçã	Chá com leite s/ lactose + pão s/ lactose com manteiga s/ lactose	Café com leite s/ lactose + biscoito salgado integral s/ lactose + caqui	Suco integral uva + sanduiche de pão fatiado s/ lactose + queijo s/ lactose + tomate + alface	Suco integral de maçã + bolo de fubá s/ lactose + banana	KCAL	500,4	Kcal	CA	117,40
						CHO	53,0	g	FE	13,96
						PTN	42,1	g	VIT. A	288,10
10:00 MERENDA MANHÃ	Arroz + Feijão Carioca + Carne bovina ao molho c/ mandioca + salada de alface + mamão	Arroz + Feijão Preto + Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de chuchu, milho e ervilha + maçã	Arroz + Feijão Carioca + Peixe ao molho + Pirão do molho de peixe + salada de alface e tomate	FERIADO	RECESSO	LIP	10,9	g	VIT. C	245,85
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
						KCAL	500,4	Kcal	CA	117,40
15:00 MERENDA TARDE	logurte de morango s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose + mamão	Leite s/ lactose com Maçã + bolo de cenoura s/ lactose s/ cobertura	Suco integral de uva + pão s/ lactose com ovo + banana	FERIADO	RECESSO	CHO	53,0	g	FE	13,96
						PTN	42,1	g	VIT. A	288,10
						LIP	10,9	g	VIT. C	245,85

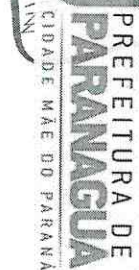
Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 07/02021

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 1.1.146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 07/02021

Camille Consentinio de Carvalho
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102
Contrato nº 07/02021

Bruna Rosalinski de Borba
CRN 8º REGIÃO 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

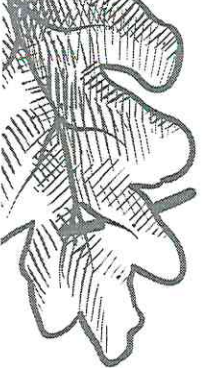


CARDÁPIO PARCIAL ESPECIAL SEM LACTOSE E
CÍTRICOS PARTE 2
JUNHO/2022



HORARIO	SEGUNDA 20/06	TERÇA 21/06	QUARTA 22/06	QUINTA 23/06	SEXTA 24/06	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
10:00 MERENDA MANHÃ	Arroz + Feijão Carioca + Carne moída com legumes (abóbora e inhame) + salada de alface + caqui	Arroz + Feijão Preto + Frango (sassami) grelhado + salada de brócolis + mamão	Arroz + Feijão Carioca + Barreado + farinha de mandioca + salada de tomate c/ cebola + banana	Arroz + Feijão Preto + Omelete assado c/ espinafre e tomate + abobrinha e cenoura refogadas + maçã	Suco Integral de uva + Cachorro-quente c/ pão s/ lactose + pinhão + pipoca + bolo de milho s/ lactose	KCAL 489,8 CHO 49,9 PTN 36,9 LIP 11,0	Kcal g g g	CA FE VIT. A VIT. C	110,96 11,25 236,78 201,00	mg mg mcg mg
15:00 MERENDA TARDE	Vitamina de frutas c/ leite s/ lactose (abacate + banana) + biscoito doce integral s/ lactose	Suco integral uva + sanduiche de pão fatiado s/ lactose + queijo s/ lactose + tomate + alface	Chá com leite s/ lactose + biscoito salgado integral s/ lactose + mamão	Canjica c/ leite s/ lactose + maçã	Suco Integral de uva + Cachorro-quente c/ pão s/ lactose + pinhão + pipoca + bolo de milho s/ lactose					
HORÁRIO	SEGUNDA 27/06	TERÇA 28/06	QUARTA 29/06	QUINTA 30/06	SEXTA 01/07	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
10:00 MERENDA MANHÃ	Macarrão com molho de carne moída + salada de brócolis com cenoura + caqui	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 s/ lactose com frango desfiado ao molho c/ alface + cenoura ralada + bolo de cenoura s/ lactose		KCAL 325,6 CHO 28,7 PTN 14,0 LIP 4,2	Kcal g g g	CA FE VIT. A VIT. C	73,25 6,89 96,32 65,10	mg mg mcg mg
15:00 MERENDA TARDE	Suco integral de maçã + pão s/ lactose c/ requeijão s/ lactose	Salada de Frutas (mamão, maçã, uva) com aveia	Café com leite s/ lactose + pão s/ lactose + queijo s/ lactose + margarina s/ lactose	Suco integral de uva + Pão s/ lactose com frango desfiado ao molho c/ alface + cenoura ralada + bolo de cenoura s/ lactose						

Aluna: Julia Banques Lopes Silva - Almirante
Dieta: Intolerância a Lactose e Frutas Cítricas



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

Lígia Maria Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional nº 1.146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 070/2021

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

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

