

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

CARDÁPIO PARCIAL ESPECIAL 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 VALOR NUTRICIONAL					
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 + tangerina	Salada de Frutas (laranja, maçã, uva) com avela	KCAL	502,4	Kcal	CA	139,71	mg
							CHO	56,3	g	FE	13,16	mg
							PTN	43,7	g	VIT. A	205,66	mcg
							LIP	12,5	g	VIT. C	199,14	mg
15:00 MERENDA TARDE				Chá com leite + biscoito polvilho + mamão	Vitamina de frutas (banana + morango) + biscoito doce integral	Café c/ leite + pão com queijo e margarina						
HORÁRIO		SEGUNDA 06/06	TERÇA 07/06	QUARTA 08/06	QUINTA 09/06	SEXTA 10/06	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
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 + tangerina	Arroz + Feijão Carioca + Carne ao molho + purê de batatas + salada de beterraba	logurte Morango + biscoito doce integral + banana	KCAL	514,6	Kcal	CA	121,58	mg
							CHO	54,2	g	FE	12,50	mg
							PTN	38,5	g	VIT. A	202,88	mcg
							LIP	11,0	g	VIT. C	247,89	mg
15:00 MERENDA TARDE		Suco de abacaxi natural + pão com ovo + maçã	Chá com leite + pão com manteiga	Café com leite + biscoito salgado integral + tangerina	Suco integral uva + sanduiche de pão fatiado + queijo + tomate + alface	Suco integral de maçã + bolo de fubá + banana						
HORÁRIO		SEGUNDA 13/06	TERÇA 14/06	QUARTA 15/06	QUINTA 16/06	SEXTA 17/06	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
10:00 MERENDA MANHÃ		Arroz + Feijão Carioca + Carne bovina ao molho c/ mandioca + salada de alface + laranja	Arroz + Feijão Preto + Sobrecoxa 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	KCAL	500,4	Kcal	CA	117,40	mg
							CHO	53,0	g	FE	13,96	mg
							PTN	42,1	g	VIT. A	288,10	mcg
							LIP	10,9	g	VIT. C	245,85	mg
15:00 MERENDA TARDE		logurte de Morango + biscoito doce integral + laranja	Leite com Maçã + bolo de laranja	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + banana	FERIADO	RECESSO						

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

Ligia Maria Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 070/2021

Camille Consenso 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

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

CARDÁPIO PARCIAL ESPECIAL PARTE 2
JUNHO/2022

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL

HORARIO	SEGUNDA 20/06	TERÇA 21/06	QUARTA 22/06	QUINTA 23/06	SEXTA 24/06	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
						KCAL	Kcal	CA	FE	VIT. A	VIT. C
10:00 MERENDA MANHÃ	Arroz + Feijão Carioca + Carne moída com legumes (abóbora e inhame) + salada de alface + caqui	Arroz + Feijão Preto + Frango (Sassani) 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 + kiwi c/ morango picado	Suco Integral de uva + Cachorro-quentes + pinhão + pipoca + bolo de milho	LIP	11,0	g	VIT. C	201,00	mg
15:00 MERENDA TARDE	Vitaminas de frutas (abacate + banana) + biscoito doce integral	Suco integral uva + sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alface	Chá com leite + biscoito salgado integral + mamão	Canjica + maçã	Suco Integral de uva + Cachorro-quentes + pinhão + pipoca + bolo de milho	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
HORÁRIO	SEGUNDA 27/06	TERÇA 28/06	QUARTA 29/06	QUINTA 30/06	SEXTA 01/07	KCAL	325,6	Kcal	CA	73,25	mg
10:00 MERENDA MANHÃ	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 com frango desfiado ao molho c/ alface + cenoura ralada + bolo de laranja		CHO	28,7	g	FE	6,89	mg
15:00 MERENDA TARDE	Suco integral de laranja + pão c/ requeijão	Salada de Frutas (laranja, maçã, uva) com aveia	Café com leite + pão de leite + queijo + margarina	Suco integral de uva + Pão com frango desfiado ao molho c/ alface + cenoura ralada + bolo de laranja		PTN	14,0	g	VIT. A	96,32	mcg
						LIP	4,2	g	VIT. C	65,10	mg

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

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

Camille Consolino 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