

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

CARDÁPIO CMEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES PARTE 1
FEVEREIRO/2022

HORÁRIO	SEGUNDA 07/02	TERÇA 08/02	QUARTA 09/02	QUINTA 10/02	SEXTA 11/02	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
07:30 - 08:00 H DESEJUM	logurte natural com morango e banana batido ✓	Chá erva doce / cidreira + biscoito polvilho + maçã picada ✓	Leite + mamão picado ✓	logurte natural com morango e banana batido ✓	Suco de abacaxi natural+ ovos mexidos + banana picada ✓	KCAL 584,5 Kcal CHO 94,4 g PTN 23,3 g LIP 14,2 g CA 135,97 FE 3,59 VIT. A 37,85 VIT. C 50,23 mg mg mg
10:30 11:00 H ALMOÇO	Macarrão parafuso Frango ao molho destiçado Salada de beterraba Laranja ✓	Arroz, Feijão carioca Bolinho de carne ao molho Salada couve-flor Maçã ✓	Arroz, Feijão carioca Peixe ao molho Pirão do molho de peixe Salada de tomate ✓	Arroz, Feijão preto Carne moída c/cenoura e abobrinha Salada alface Banana ✓	Arroz integral, Feijão carioca Omelete assado, ✓ Abobrinha c/ cenoura refogados Melancia	KCAL 413,2 Kcal CHO 57,0 g PTN 17,4 g LIP 14,5 g CA 162,4 FE 2,0 VIT. A 38,1 VIT. C 47,3 mg mg mg
14:30 14:30 H LANCHE	logurte natural com morango e banana batido ✓	Chá erva doce / cidreira + biscoito polvilho + maçã picada ✓	Leite + mamão picado ✓	logurte natural com morango e banana batido ✓	Suco de abacaxi natural+ ovos mexidos + banana picada ✓	KCAL 413,2 Kcal CHO 57,0 g PTN 17,4 g LIP 14,5 g CA 162,4 FE 2,0 VIT. A 38,1 VIT. C 47,3 mg mg mg
16:30-17:00 H JANTAR	Purê de batatas+ carne moída ao molho+ Salada de Brócolis ✓	Sopa de feijão, com batata, carne, cenoura + melancia ✓	Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de Rúcula ✓	Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha ✓	Polenta com almondegas ao molho, salada de beterraba ✓	KCAL 1860,7 Kcal CHO 60,5 g PTN 17,4 g LIP 7,4 g CA 109,0 FE 2,0 VIT. A 26,6 VIT. C 70,3 mg mg mg
HORÁRIO	SEGUNDA 14/02	TERÇA 15/02	QUARTA 16/02	QUINTA 17/02	SEXTA 18/02	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
07:30 - 08:00 H DESEJUM	Chá erva doce / cidreira + biscoito polvilho + maçã picada ✓	Suco integral de laranja + pão integral com requeijão	Chá erva doce / cidreira + biscoito polvilho + melão picado ✓	Vitamina de frutas(banana, mamão) + biscoito de aveia com banana ✓	Leite com mamão + biscoito polvilho saigado	KCAL 416,8 Kcal CHO 68,2 g PTN 20,0 g LIP 7,8 g CA 112,8 FE 2,2 VIT. A 27,6 VIT. C 76,3 mg mg mg
10:30 11:00 H ALMOÇO	Macarrão com molho de carne moída Salada de Repolho Maçã ✓	Arroz, Feijão preto Frango ao molho Salada de Repolho Meio ✓	Arroz, Feijão preto Carne moída ao molho Purê de batatas Salada de beterraba ✓	Arroz, Feijão carioca Sobrecoxa ao molho com cenoura Salada de Vagem c/ Tomate Melancia ✓	Arroz, Feijão c/ cubos de carne bovina, Farinha de mandioca Laranja ✓	KCAL 416,8 Kcal CHO 68,2 g PTN 20,0 g LIP 7,8 g CA 112,8 FE 2,2 VIT. A 27,6 VIT. C 76,3 mg mg mg
14:00 14:30 H LANCHE	Chá erva doce / cidreira + biscoito polvilho + maçã picada ✓	Suco integral de laranja + pão integral com requeijão	Chá erva doce / cidreira + biscoito polvilho + melão picado ✓	Vitamina de frutas(banana, mamão) + biscoito de aveia com banana ✓	Leite com mamão + biscoito polvilho saigado	KCAL 416,8 Kcal CHO 68,2 g PTN 20,0 g LIP 7,8 g CA 112,8 FE 2,2 VIT. A 27,6 VIT. C 76,3 mg mg mg
16:30-17:00 H JANTAR	Risoto de frango (cenoura, batata ,milho, ervilha) ✓	Sopa de feijão, com batata, carne, cenoura + maçã ✓	Polenta+ frango ao molho+ Salada de Beterraba ✓	Macarrão com carne moída + Salada de Tomate ✓	Purê de batatas+ frango ao molho	KCAL 416,8 Kcal CHO 68,2 g PTN 20,0 g LIP 7,8 g CA 112,8 FE 2,2 VIT. A 27,6 VIT. C 76,3 mg mg mg

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

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

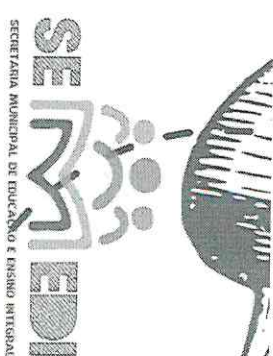
Gabrielle Melka Rocha
CRN 8º REGIÃO 11815
Coordenadora Operacional
SEPAT MULTI SERVICE



PREFEITURA DE
PARANAGUÁ
CIDADE MÃE DO PARANÁ

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

CARDÁPIO CMEI DE 13 MESES A 2
ANOS E 11 MESES PARTE 2
FEVEREIRO/2022



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL

HORÁRIO	SEGUNDA 21/02	TERÇA 22/02	QUARTA 23/02	QUINTA 24/02	SEXTA 25/02	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
						KCAL	345,6	Kcal	CA	82,86
07:30 - 08:00 H DESEJUM	Chá erva doce / cidreira + biscoito polvilho + maçã picada	Chá erva doce / cidreira + biscoito polvilho + maçã picada	Leite c/ banana + biscoito polvilho salgado	Chá erva doce / cidreira + biscoito polvilho + maçã picada	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + banana picada	CHO	54,2	g	FE	1,77
						PTN	17,1	g	VIT. A	22,88
						LIP	7,6	g	VIT. C	47,43
10:30 11:00 H ALMOÇO	Arroz, Feijão carioca Omelete assado, Abobrinha c/ cenoura refogados Maçã	Arroz, Feijão preto Frango ao molho Salada de Rúcula Banana	Arroz, Feijão carioca Carne bovina ao molho c/ Salada de Alface Meião	Risoto de frango (batata, cenoura, milho frango) Salada de Tomate, Laranja	Suco integral de uva Pão com frango desfiado ao molho alface, cenoura ralada bolo de laranja	KCAL	377,9	Kcal	CA	79,42
						CHO	62,3	g	FE	2,15
						PTN	17,4	g	VIT. A	21,14
						LIP	7,6	g	VIT. C	47,43
14:00 14:30 H LANCHE	Chá erva doce / cidreira + biscoito polvilho + maçã picada	Chá erva doce / cidreira + biscoito polvilho + maçã picada	Leite c/ banana + biscoito polvilho salgado	Chá erva doce / cidreira + biscoito polvilho + maçã picada	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + banana picada	KCAL	719,6	Kcal	CA	203,3
						CHO	130,6	g	FE	4,4
						PTN	8,4	g	VIT. A	55,3
						LIP	10,5	g	VIT. C	34,3
16:30-17:00 H JANTAR	Arroz, Feijão Carne moída ao molho, Polenta, Salada de Repolho Meião	Macarrão com carne moída + abobrinha refogada	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	Sopa de feijão, com batata, carne, cenoura + banana	Risoto de frango (cenoura, batata, milho)	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
07:30 - 08:00 H DESEJUM	Vitamina de frutas(banana, maçã) + biscoito doce integral					KCAL	502,6	Kcal	CA	180,56
						CHO	87,2	g	FE	1,66
						PTN	21,5	g	VIT. A	55,16
						LIP	8,8	g	VIT. C	44,21
10:30 11:00 H ALMOÇO	Arroz, Feijão, Carne moída ao molho, Polenta, Salada de Repolho Meião					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
						KCAL	502,6	Kcal	CA	180,56
						CHO	87,2	g	FE	1,66
						PTN	21,5	g	VIT. A	55,16
						LIP	8,8	g	VIT. C	44,21
16:30-17:00 H JANTAR	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
						KCAL	502,6	Kcal	CA	180,56
						CHO	87,2	g	FE	1,66
						PTN	21,5	g	VIT. A	55,16
						LIP	8,8	g	VIT. C	44,21

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

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

Gabrielle Melka Rocha
CRN 8º REGIÃO 11815
Coordenadora Operacional
SEPAT MULTI SERVICE