

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

CARDÁPIO PARCIAL  
GLICOGENOSE  
FEVEREIRO/2022

SE  
MUN  
EDU  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL

HORARIO	SEGUNDA 07/02	TERÇA 08/02	QUARTA 09/02	QUINTA 10/02	SEXTA 11/02	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00	Macarrão parafruso integral	Arroz integral, Caldo de Feijão carioca	Arroz integral, Caldo de Feijão preto	Arroz integral, Caldo de Feijão preto	Arroz integral, Caldo de Feijão carioca	KCAL 349,7 Kcal CA 53,7 mg CHO 58,9 g FE 2,5 mg PTN 21,5 g VIT. A 2,4 mcg LIP 3,8 g VIT. C 45,9 mg
15:00	Frango (sassami) ao molho desfiado Salada de beterraba Mamão	Suco de limão c/ adoçante Bolo de tubá diet	Peixe ao molho Pirão do molho de peixe Salada de tomate	Carne moída c/cenoura e abobrinha Salada alface Banana	Omelete assado, Abobrinha c/ cenoura refogados Melancia	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL KCAL 344,0 Kcal CA 67,6 mg CHO 63,4 g FE 2,1 mg PTN 16,5 g VIT. A 4,0 mcg LIP 3,7 g VIT. C 37,9 mg
HORARIO	SEGUNDA 14/02	TERÇA 15/02	QUARTA 16/02	QUINTA 17/02	SEXTA 18/02	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00	Macarrão parafruso integral com molho de carne moída	Arroz integral, Caldo de Feijão preto	Suco de limão c/ adoçante Bolo de tubá diet	Arroz integral, Caldo de Feijão carioca	Arroz integral, Caldo de Feijão carioca	KCAL 393,1 Kcal CA 67,6 mg CHO 67,4 g FE 3,0 mg PTN 21,3 g VIT. A 0,2 mcg LIP 4,8 g VIT. C 3,6 mg
15:00	Salada de Repolho Mamão	Frango (sassami) ao molho Salada de Repolho Melão	Arroz integral, Caldo de Feijão preto	Sobrecoca ao molho com cenoura Salada de Vagem c/ Tomate Melancia	Suco de maracujá c/ adoçante Pão integral c/ ovo mexido Salada de alface Bolo de laranja diet	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL KCAL 309,3 Kcal CA 34,2 mg CHO 50,2 g FE 2,5 mg PTN 17,1 g VIT. A 1,2 mcg LIP 4,8 g VIT. C 18,1 mg
HORARIO	SEGUNDA 21/02	TERÇA 22/02	QUARTA 23/02	QUINTA 24/02	SEXTA 25/02	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00	Arroz integral, Caldo de Feijão carioca	Arroz integral, Caldo de Feijão preto	Arroz integral, Caldo de Feijão carioca	Arroz integral, Caldo de Feijão carioca	Suco de maracujá c/ adoçante	KCAL 309,3 Kcal CA 34,2 mg CHO 50,2 g FE 2,5 mg PTN 17,1 g VIT. A 1,2 mcg LIP 4,8 g VIT. C 18,1 mg
15:00	Omelete assado, Abobrinha c/ cenoura refogados Mamão	Frango (sassami) ao molho Salada de Rúcula Banana	Carne bovina ao molho c/ mandioca Salada de Alface Melão	Arroz integral, Caldo de Feijão preto quibe assado Salada de Tomate Laranja	Pão integral c/ ovo mexido Salada de alface Bolo de laranja diet	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL KCAL 309,3 Kcal CA 34,2 mg CHO 50,2 g FE 2,5 mg PTN 17,1 g VIT. A 1,2 mcg LIP 4,8 g VIT. C 18,1 mg
HORARIO	SEGUNDA 28/02	TERÇA 29/02	QUARTA 30/02	QUINTA 01/03	SEXTA 02/03	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00	Arroz integral, Caldo de Feijão carioca	Arroz integral, Caldo de Feijão preto	Arroz integral, Caldo de Feijão carioca	Arroz integral, Caldo de Feijão preto	Arroz integral, Caldo de Feijão carioca	KCAL 309,3 Kcal CA 34,2 mg CHO 50,2 g FE 2,5 mg PTN 17,1 g VIT. A 1,2 mcg LIP 4,8 g VIT. C 18,1 mg
15:00	Carne moída ao molho, polenta, Salada de Repolho Melão	Frango (sassami) ao molho Salada de Rúcula Banana	Carne bovina ao molho c/ mandioca Salada de Alface Melão	Arroz integral, Caldo de Feijão preto quibe assado Salada de Tomate Laranja	Pão integral c/ ovo mexido Salada de alface Bolo de laranja diet	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL KCAL 309,3 Kcal CA 34,2 mg CHO 50,2 g FE 2,5 mg PTN 17,1 g VIT. A 1,2 mcg LIP 4,8 g VIT. C 18,1 mg

Patrícia dos Santos Alves  
Mat. Funcional nº 7893 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 Metka Rocha  
CRN 8º REGIÃO 11815  
Coordenadora Operacional  
SEPAT MULTI SERVICE