

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  
GLÚTEN, LACTOSE E CITRÍCOS  
FEVEREIRO/2022

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

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