

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



CARDÁPIO PARCIAL ESPECIAL
ALERGIA MÚLTIPLA
MARÇO/2022



HORÁRIO	SEGUNDA 28/02	TERÇA 01/03	QUARTA 02/03	QUINTA 03/03	SEXTA 04/03	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
10:00				Suco Integral de maçã + Bolo cenoura sem cobertura sem leite sem soja	Arroz Integral, Feijão Carioca Omelete assado, Abobrinha c/ cenoura refogados Melancia	KCAL	508,4	Kcal	CA	200,5
						CHO	88,4	g	FE	2,7
						PTN	20,0	g	VIT. A	296,8
						LIP	9,6	g	VIT. C	47,1
15:00						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
HORÁRIO	SEGUNDA 07/03	TERÇA 08/03	QUARTA 09/03	QUINTA 10/03	SEXTA 11/03	KCAL	499,6	Kcal	CA	227,8
10:00	Arroz, feijão preto, Frango (sassami) grelhado Salada de cenoura Maçã	Arroz feijão carioca, Quibe assado Salada de Repolho Melão	Macarrão para fuso s/ leite s/ soja, Frango Salada de Alfafa Mamão	Arroz, feijão Carioca Sobrecoxa ao molho com cenoura Salada de Vagem c/ Tomate Melancia	Arroz, Feijoadá c/ cubos de carne bovina, farinha de mandioca Laranja	CHO	78,0	g	FE	2,7
						PTN	22,3	g	VIT. A	83,8
						LIP	12,1	g	VIT. C	80,1
HORÁRIO	SEGUNDA 14/03	TERÇA 15/03	QUARTA 16/03	QUINTA 17/03	SEXTA 18/03	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
10:00	Suco Integral de uva + pão fatiado s/ leite s/ soja com creme vegetal	Arroz Integral, Feijão Preto Frango ao molho Chuchu refogado Banana	Arroz, Feijão Carioca Carne bovina ao molho c/ mandioca Salada de Alfafa	Arroz, Feijão Preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada Maçã	Arroz, feijão carioca, Frango ao molho, Purê de batata e salada de cenoura c/ tomate	KCAL	566,9	Kcal	CA	191,2
						CHO	56,9	g	FE	3,5
						PTN	27,3	g	VIT. A	69,3
						LIP	11,8	g	VIT. C	60,4
15:00						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
HORÁRIO	SEGUNDA 21/03	TERÇA 22/03	QUARTA 23/03	QUINTA 24/03	SEXTA 25/03	KCAL	683,4	Kcal	CA	271,6
10:00	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, Salada de Repolho c/ tomate Melão	Arroz, feijão preto, Barreado, Farinha de mandioca Salada de tomate c/ cebola Banana	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho Jardineira de legumes (batata salsa, vagem, cenoura) Laranja	Arroz, Feijão Preto, Bolinho de carne ao molho, Salada de acelga + Melancia	Suco Integral de uva + pão integral s/ leite s/ soja com ovo mexido, alface, cenoura e bolo de laranja s/ leite s/ soja	CHO	111,7	g	FE	4,3
						PTN	30,4	g	VIT. A	87,8
						LIP	13,9	g	VIT. C	19,7
15:00						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
HORÁRIO	SEGUNDA 28/03	TERÇA 29/03	QUARTA 30/03	QUINTA 31/03		KCAL	598,0	Kcal	CA	238,1
10:00	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) Salada de Acelga Laranja	Arroz, Feijão Carioca, Sobrecoxa, Abobrinha, cenoura e milho refogados Maçã	Arroz, Feijão Preto Carne c/ mandioca Salada de Alfafa Banana	Suco Integral de uva + bolo de laranja s/ leite s/ soja		CHO	234,0	g	FE	3,5
						PTN	22,5	g	VIT. A	79,3
						LIP	15,0	g	VIT. C	12,4

Paola Fernandes dos Santos - Rosiclaire
Alergia Múltipla: Leite, soja e frutos do mar

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

Lígia Mônica Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8º REGIÃO N° 2321
Contrato nº 070/2021

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

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

PREFEITURA DE
PARANAGUÁ
CIDADE MÃE DO PARANÁ

CARDÁPIO PARCIAL ESPECIAL ALERGIA
MÚLTIPLA)

MARÇO/2022

HORÁRIO	SEGUNDA 28/02	TERÇA 01/03	QUARTA 02/03	QUINTA 03/03	SEXTA 04/03	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00					Arroz integral s/ leite + Feijão Carioca Carne moída refogada, Abobrinha c/ cenoura refogados	KCAL 308,4 CHO 88,4 PTN 20,0 LIP 9,6 CA 220,5 FE 2,7 VIT. A 295,8 VIT. C 47,1 mg
15:00					Suco integral de maçã + biscoito polvilho solgado s/ leite	
HORÁRIO	SEGUNDA 07/03	TERÇA 08/03	QUARTA 09/03	QUINTA 10/03	SEXTA 11/03	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00	Arroz, feijão preto, Frango (assado) grelhado Salada de cenoura Maçã	Arroz, feijão carioca, Quibe assado Salada de Repolho Melão	Macarrão parmesão s/ leite, Frango desfiado Salada de Alface Melão	Arroz, feijão Carioca, Sobrecoca assada, Salada de Vagem c/ cenoura Nelaência	Arroz, Feijoado c/ cubos de carne bovina, farinha de mandioca Laranja	KCAL 499,6 CHO 78,0 PTN 22,3 LIP 12,1 CA 227,8 FE 2,7 VIT. A 83,8 VIT. C 80,1 mg
15:00	Café com leite de soja + biscoito salgado integral s/ leite + Maçã	Suco integral de uva + Pão Fatiado s/ leite + Creme vegetal, Tomate + Cenoura + Alface	Salada de frutas (laranja+maçã+manga+aveia)	Suco integral de laranja + biscoito doce integral s/ leite + banana	Chá com leite de soja, biscoito polvilho solgado s/ leite e Maçã	
HORÁRIO	SEGUNDA 14/03	TERÇA 15/03	QUARTA 16/03	QUINTA 17/03	SEXTA 18/03	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00	Café com leite de soja + pão fatiado + creme vegetal Banana	Arroz, integral, Feijão Preto Frango grelhado, Chuchu refogado Banana	Arroz, Feijão Carioca Carne bovina c/ mandioca Salada de Alface Melão	Arroz, Feijão Preto, Frango refogado c/ vagem, Abóbora refogada Maçã	Arroz, feijão carioca, carne moída c/ abobrinha refogada, salada de cenoura c/ alface	KCAL 585,9 CHO 58,9 PTN 27,3 LIP 11,8 CA 191,2 FE 3,5 VIT. A 63,9 VIT. C 60,4 mg
15:00	Chá c/ leite de soja + biscoito salgado integral s/ leite + laranja	Suco integral de laranja + pão de Cenoura s/ leite + Creme Vegetal	Café com leite de soja + pão integral s/ leite + Creme Vegetal	Suco integral de uva + banana e maçã picado, Biscoito Doce integral s/ leite	Leite de soja com maçã + Bolo de Laranja s/ leite	
HORÁRIO	SEGUNDA 21/03	TERÇA 22/03	QUARTA 23/03	QUINTA 24/03	SEXTA 25/03	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00	Arroz, Feijão carioca, Carne moída refogada, Poente, Salada de Repolho c/ cenoura Melão	Arroz, feijão preto, Berrado, Farinha de mandioca Salada de baterraba c/ cebola Banana	Arroz, Feijão carioca, Frango refogado Jardineira de legumes (br batata salada, vagem, cenoura) laranja	Arroz, Feijão Preto, Bolo de carne s/ ovo, Salada de azeitona + Melancia	Suco integral de uva + pão s/ leite c/ frango, alface, cenoura e bolo de laranja s/ leite s/ ovo	KCAL 683,4 CHO 111,7 PTN 30,4 LIP 18,9 CA 271,6 FE 4,3 VIT. A 87,8 VIT. C 18,7 mg
15:00	Café com leite de soja + Biscoito Salgado integral s/ leite + Banana	Chá com leite de soja + pão integral s/ leite + Creme vegetal	Suco integral de maçã + Biscoito com Polvilho Salgado s/ leite	Café com leite de soja + Biscoito Salgado integral s/ leite + Melão	Suco integral de uva + pão s/ leite c/ frango, alface e bolo de laranja s/ leite s/ ovo	
HORÁRIO	SEGUNDA 28/03	TERÇA 29/03	QUARTA 30/03	QUINTA 31/03		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00	Risco de frango s/ molho (batata, cenoura, milho, frango) Salada de Azeitona Laranja	Arroz, Feijão Carioca, Sobrecoca assada, Abobrinha, cenoura e milho refogados Maçã	Arroz, Feijão Preto Carne c/ mandioca Salada de Alface Banana	Suco integral de uva + bolo de laranja s/ leite s/ ovo		KCAL 598,0 CHO 23,0 PTN 21,5 LIP 15,0 CA 238,1 FE 3,5 VIT. A 79,3 VIT. C 12,4 mg
15:00	Chá com leite de soja + Biscoito Salgado integral s/ leite + Maçã	Suco de abacaxi natural, pão s/ leite com frango e Melancia	Suco integral de maçã + Biscoito Polvilho Salgado s/ leite	Suco integral de laranja + Banana + Biscoito Doce integral s/ leite		

Alergia aos Alimentos: Tomate, Fritas do mar, Leite, Ovos, Castanha e Nozes
Maria Luiza Cordeira de Souza - Camões

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

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional nº 11546 CRN 8º REGIÃO N° 2321
Contrato nº 070/2021

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

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL

PREFEITURA DE
PARANAGUA
CIDADE MÃE DO PARANÁ

MARÇO/2022

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCACAO E ENSINO INTEGRAL

HORÁRIO	SEGUNDA 28/02	TERÇA 01/03	QUARTA 02/03	QUINTA 03/03	SEXTA 04/03	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00				Leite s/ lactose com fruta, maçã + Bolo cenoura sem cobertura s/ lactose s/ glúten	Arroz integral, Feijão Caríoca, Omelete assado, Abobrinha c/ cenoura refogados	KCAL 508,4 CHO 88,4 PTN 20,0 LIP 9,6 CA FE 2,7 VIT. A 296,8 VIT. C 47,1 mg mcg
15:00				Leite s/ lactose c/ maçã + biscoito polvilho saído s/ lactose	Vitamina de Frutas (maçã, mamão) s/ lactose + Biscoito Doce integral s/ lactose e s/ glúten	
HORÁRIO	SEGUNDA 07/03	TERÇA 08/03	QUARTA 09/03	QUINTA 10/03	SEXTA 11/03	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00	Arroz, feijão preto, Frango (salsami) grelhado Salada de cenoura Maçã	Arroz, feijão carioca, carne moída c/ cenoura Salada de Repolho Melão	Macarrão parafuso s/ glúten, Frango desfiado Salada de Alface Mamão	Arroz, feijão Caríoca, Sobrecoca ao molho com cenoura Salada de Vagem c/ Tomate Melancia	Arroz, Feijoada c/ cubos de carne bovina, farinha de mandioca Maçã	KCAL 499,6 CHO 78,0 PTN 22,3 LIP 12,1 Kcal FE 2,7 VIT. A 83,8 VIT. C 80,1 mg mcg
15:00	Café com Leite s/ lactose + biscoito saído integral s/ lactose e s/ glúten + Maçã	Suco integral de Uva + Pão Fatiado s/ lactose s/ glúten + Queijo s/ lactose + Tomate	Salada de Frutas (mamão+maçã+manga+laranja s/ glúten)	Yogurte de morango s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose e s/ glúten + melão	Chá com leite s/ lactose, biscoito polvilho saído s/ lactose e Maçã	
HORÁRIO	SEGUNDA 14/03	TERÇA 15/03	QUARTA 16/03	QUINTA 17/03	SEXTA 18/03	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00	Café com leite s/ lactose + pão fatiado s/ glúten +queijo/margarina s/ lactose	Arroz integral, Feijão Preto Frango ao molho Chuchu refogado Melancia	Arroz, Feijão Caríoca Carne bovina ao molho c/ mandioca Salada de Alface	Arroz, Feijão Preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada Maçã	Arroz, feijão caríoca, Peixe ao molho, Pão de molho de peixe, salada de cenoura c/ tomate	KCAL 566,9 CHO 57,3 PTN 21,3 LIP 11,8 Kcal FE 3,5 VIT. A 69,3 VIT. C 60,4 mg mcg
15:00	Chá c/ leite s/ lactose + biscoito saído integral s/ lactose e s/ glúten + maçã	Suco integral de Maçã + Pão de Centeio s/ lactose s/ glúten + Requeijo s/ lactose	Café com leite + Pão integral s/ lactose s/ glúten + Margarina e Queijo s/ lactose	Vitamina de mamão e maçã s/ lactose + Biscoito Doce integral s/ lactose e s/ glúten	Leite s/ lactose com Mamão + Bolo de fuba s/ lactose s/ glúten	
HORÁRIO	SEGUNDA 21/03	TERÇA 22/03	QUARTA 23/03	QUINTA 24/03	SEXTA 25/03	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00	Arroz, Feijão caríoca, Carne moída ao molho, Polenta, Salada de Repolho c/ tomate Melão	Arroz, feijão preto, Barreado, Farinha de mandioca Salada de tomate c/ cebola Mamão	Arroz, Feijão Caríoca, Frango ao molho Jardineira de legumes (batata, salada, vagem, cenoura) Laranja	Arroz, Feijão Preto, Bolinho de carne ao molho, Salada de acelga + Melancia	Suco integral de uva + pão s/ lactose s/ glúten com ovo mexido, alface, cenoura e bolo de cenoura s/ lactose s/ glúten	KCAL 683,4 CHO 111,7 PTN 30,4 LIP 13,9 Kcal FE 4,3 VIT. A 87,8 VIT. C 19,7 mg mcg
15:00	Café com Leite s/ lactose + Biscoito Saído integral s/ lactose e s/ glúten + Maçã	Chá com leite s/ lactose + Pão integral s/ lactose s/ glúten + manteiga s/ lactose	Leite com mamão s/ lactose + Biscoito com Polvilho Saído s/ lactose	Café com leite s/ lactose + Biscoito Saído integral s/ lactose e s/ glúten + Melão	Suco integral de uva + pão s/ lactose s/ glúten ovo mexido, alface e bolo de cenoura s/ lactose s/ glúten	
HORÁRIO	SEGUNDA 28/03	TERÇA 29/03	QUARTA 30/03	QUINTA 31/03		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) Salada de Acelga Mamão	Arroz, Feijão Caríoca, Sobrecoca, Creme de Milho s/ lactose, Abobrinha e cenoura refogados Maçã	Arroz, Feijão Preto Carne c/ mandioca Salada de Alface Melancia	Leite com fruta, mamão + bolo de fuba s/ lactose s/ glúten		KCAL 598,0 CHO 234,0 PTN 22,5 LIP 15,0 Kcal FE 3,5 VIT. A 79,3 VIT. C 12,4 mg mcg
15:00	Chá com Leite s/ lactose + Biscoito Saído integral s/ lactose e s/ glúten + Maçã	Suco integral de uva, pão s/ lactose s/ glúten com ovos e Melancia	Leite com maçã s/ lactose + Biscoito Polvilho Saído s/ lactose	Yogurte de Morango s/ lactose + Mamão + Biscoito Doce integral s/ lactose e s/ glúten		

Brayan Silva C. Souza - Rosclair
 Alergia aos alimentos: Citricos, Soja e intolerância ao glúten e lactose

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

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

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