MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CMEI/CEI - BERÇARIOS (6 A 7 MESES)

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
					1	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					Fórmula + Fruta	KCAL: 294,69 g CHO: 42,60 g PTN: 6,03 g LIP: 12,16 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					Papinha frango (com batata inglesa, chuchu, cenoura e abobrinha)	KCAL: 158,61 g CHO: 12,05 g PTN: 10,49 g LIP: 8,46 g
MERENDA 14:00- 14:30hs					Fórmula + Cereal	KCAL: 339,60 g CHO: 50,56 g PTN: 7,22 g LIP: 12,06 g
JANTAR 16:30- 17:00hs					Sopa (frango +aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	KCAL: 399,69 g CHO: 20,06 g PTN: 10,65 g LIP: 32,02 g
SERVIÇO	4	5	6	7	8	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Fórmula + Cereal	Fórmula + Fruta	KCAL: 320,93 g CHO: 43,89 g PTN: 6,64 g LIP: 13,30 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Papinha (Carne + Batata Inglesa e Abóbora + Caldo de Feijão)	Papinha (Frango + Mandioca + Cenoura + Abobora + Caldo de Feijão)	KCAL: 141,86 g CHO: 9,34 g PTN: 11,17 g LIP: 7,44 g
MERENDA 14:00- 14:30hs				Fórmula + Cereal	Fórmula + Cereal	KCAL: 324,63 g CHO: 47,91 g PTN: 6,82 g LIP: 12,09 g
JANTAR 16:30- 17:00hs				Papinha (Frango + Batata + Chuchu + Cenoura + Abobrinha)	Sopa (frango +aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	KCAL: 228,95 g CHO: 22,10 g PTN: 15,19 g LIP: 23,17 g
SERVIÇO	11	12	13	14	15	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + Biscoito integral	Fórmula + Fruta	Fórmula + Biscoito Salgado	Fórmula + Biscoito integral	Fórmula + Fruta	KCAL: 274,11 g CHO: 36,64 g PTN: 9,77 g LIP: 11,82 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Sopa (Carne + Macarrão + Batata + Abóbora + Chuchu)	Papinha frango (com batata inglesa, chuchu, cenoura e abobrinha)	Sopa (Carne + Macarrão + Batata + Abóbora + Chuchu)	Papinha frango (com batata inglesa, chuchu, cenoura e abobrinha)	Sopa (Frango + Mandioca + Beterraba + Abobrinha)	KCAL: 131,56 g CHO: 19,50 g PTN: 12,92 g LIP: 37,28 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + Fruta	Fórmula + Biscoito doce	Fórmula + Cereal	Fórmula + Fruta	Fórmula + Cereal	KCAL: 319,41 g CHO: 44,97 g PTN: 6,63 g LIP: 12,82 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Papinha (frango + mandioca + cenoura + abóbora caldo de feijão)	Sopa (Carne + Macarrão + Batata + Abobora + Chuchu)	Papinha (Frango + Batata + Chuchu + Cenoura + Abobrinha)	Papinha (frango + mandioca + cenoura + abóbora caldo de feijão)	Papinha (Carne + Batata + Abóbora) e Caldo de Feijão	KCAL: 140,25 g CHO: 14,86 g PTN: 13,69 g LIP: 11,70 g
SERVIÇO	18	19	20	21	22	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + Biscoito Doce integral	Fórmula + Fruta	Fórmula + Cereal	Fórmula + Fruta	Fórmula + Cereal	KCAL: 310,53 g CHO: 43,71 g PTN: 6,35 g LIP: 12,31 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Papinha (Frango + Batata + Chuchu + Cenoura + Abobrinha)	Sopa (Frango + Mandioca + Beterraba + Abobrinha)	Sopa (Carne + Macarrão + Batata + Abóbora + Chuchu)	Papinha (Carne + Batata Inglesa e Abóbora + Caldo de Feijão)	Papinha (Frango + Mandioca + Cenoura + Abobora + Caldo de Feijão)	KCAL: 136,49 g CHO: 8,87 g PTN: 11,28 g LIP: 7,19 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + Cereal	Fórmula + Biscoito doce	Fórmula + Cereal	Fórmula + Fruta	Fórmula + Cereal	KCAL: 349,61 g CHO: 49,90 g PTN: 7,23 g LIP: 13,49 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Sopa (Carne + Macarrão + Batata + Abobora + Chuchu)	Papinha (Carne + Batata + Abóbora) e Caldo de Feijão	Papinha (frango + mandioca + cenoura + abóbora caldo de feijão)	Papinha (Carne + Batata + Abóbora) e Caldo de Feijão	Sopa (frango +aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	KCAL: 140,25 g CHO: 14,86 g PTN: 13,69 g LIP: 11,70 g
SERVIÇO	25	26	27	28	29	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + Biscoito Doce	Fórmula + Fruta	Fórmula + Cereal	Fórmula + Fruta	Fórmula + Biscoito Doce	KCAL: 276,33 g CHO: 39,05 g PTN: 5,60 g LIP: 11,10 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Sopa (Carne + Macarrão + Batata + Abóbora + Chuchu)	Papinha (Frango + Mandioca + Cenoura + Abobora + Caldo de Feijão)	Papinha (Carne + Batata Inglesa e Abóbora + Caldo de Feijão)	Papinha (Frango + Mandioca + Cenoura + Abobora + Caldo de Feijão)	Sopa (Frango + Mandioca + Beterraba + Abobrinha)	SEXTA I KCAL: 137,10 g CHO: 14,62 g PTN: 12,14 g LIP: 7,24 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + Cereal	Fórmula + Biscoito doce integral	Fórmula + Cereal	Fórmula + Fruta	Fórmula + Cereal	KCAL: 335,62 g CHO: 48,64 g PTN: 6,99 g LIP: 12,79 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Papinha (Carne + Batata + Abóbora) e Caldo de Feijão	Papinha (Carne + Batata + Chuchu + Cenoura + Abobrinha)	Papinha (Frango + Batata + Chuchu + Cenoura + Abobrinha)	Sopa (frango +aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	Papinha (frango + mandioca + cenoura + abóbora caldo de feijão)	KCAL: 264,57 g CHO: 19,61 g PTN: 11,31 g LIP: 17,01 g

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CMEI/CEI - BERÇÁRIOS (8 A 12 MESES)

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
					1		
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					Fórmula + Fruta	KCAL: 226,68 g PTN: 6,03 g	CHO: 42,60 g LIP: 12,16 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					Papinha frango (com batata inglesa, chuchu, cenoura e abobrinha)	KCAL: 158,61 g PTN: 10,49 g	CHO: 12,05 g LIP: 8,46 g
MERENDA 14:00- 14:30hs					Fórmula + Cereal	KCAL: 339,60 g PTN: 7,22 g	CHO: 50,56 g LIP: 12,06 g
JANTAR 16:30- 17:00hs					Sopa (frango +aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	KCAL: 399,69 g PTN: 10,65 g	CHO: 20,06 g LIP: 32,02 g
SERVIÇO	4	5	6	7	8	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Fórmula + Cereal	Fórmula + Fruta	KCAL: 320,93 g PTN: 6,64 g	CHO: 43,89 g LIP: 13,30 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Papinha (Carne + Batata Inglesa e Abóbora + Caldo de Feijão)	Papinha (Frango + Mandioca + Cenoura + Abobora + Caldo de Feijão)	KCAL: 141,86 g PTN: 11,17 g	CHO: 9,34 g LIP: 7,44 g
MERENDA 14:00- 14:30hs				Fórmula + Cereal	Fórmula + Cereal	KCAL: 324,63 g PTN: 6,82 g	CHO: 47,91 g LIP: 12,09 g
JANTAR 16:30- 17:00hs				Papinha (Frango + Batata + Chuchu + Cenoura + Abobrinha)	Sopa (frango +aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	KCAL: 228,95 g PTN: 15,19 g	CHO: 22,10 g LIP: 23,17 g
SERVIÇO	11	12	13	14	15	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + Biscoito integral	Fórmula + Fruta	Fórmula + Biscoito Salgado	Fórmula + Biscoito integral	Fórmula + Fruta	KCAL: 274,11 g PTN: 9,77 g	CHO: 36,64 g LIP: 11,82 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Sopa (Carne + Macarrão + Batata + Abóbora + Chuchu)	Papinha frango (com batata inglesa, chuchu, cenoura e abobrinha)	Sopa (Carne + Macarrão + Batata + Abóbora + Chuchu)	Papinha frango (com batata inglesa, chuchu, cenoura e abobrinha)	Sopa (Frango + Mandioca + Beterraba + Abobrinha)	KCAL: 131,56 g PTN: 12,92 g	CHO: 19,50 g LIP: 37,28 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + Fruta	Fórmula + Biscoito doce	Fórmula + Cereal	Fórmula + Fruta	Fórmula + Cereal	KCAL: 319,41 g PTN: 6,63 g	CHO: 44,97 g LIP: 12,82 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Papinha (frango + mandioca + cenoura + abóbora caldo de feijão)	Sopa (Carne + Macarrão + Batata + Abobora + Chuchu)	Papinha (Frango + Batata + Chuchu + Cenoura + Abobrinha)	Papinha (frango + mandioca + cenoura + abóbora caldo de feijão)	Papinha (Carne + Batata + Abóbora) e Caldo de Feijão	KCAL: 140,25 g PTN: 13,69 g	CHO: 14,86 g LIP: 11,70 g
SERVIÇO	18	19	20	21	22	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + Biscoito Doce integral	Fórmula + Fruta	Fórmula + Cereal	Fórmula + Fruta	Fórmula + Cereal	KCAL: 310,53 g PTN: 6,35 g	CHO: 43,71 g LIP: 12,31 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Papinha (Frango + Batata + Chuchu + Cenoura + Abobrinha)	Sopa (Frango + Mandioca + Beterraba + Abobrinha)	Sopa (Carne + Macarrão + Batata + Abóbora + Chuchu)	Papinha (Carne + Batata Inglesa e Abóbora + Caldo de Feijão)	Papinha (Frango + Mandioca + Cenoura + Abobora + Caldo de Feijão)	KCAL: 136,49 g PTN: 11,28 g	CHO: 8,87 g LIP: 7,19 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + Cereal	Fórmula + Biscoito doce	Fórmula + Cereal	Fórmula + Fruta	Fórmula + Cereal	KCAL: 349,61 g PTN: 7,23 g	CHO: 49,90 g LIP: 13,49 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Sopa (Carne + Macarrão + Batata + Abobora + Chuchu)	Papinha (Carne + Batata + Abóbora) e Caldo de Feijão	Papinha (frango + mandioca + cenoura + abóbora caldo de feijão)	Papinha (Carne + Batata + Abóbora) e Caldo de Feijão	Sopa (frango +aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	KCAL: 140,25 g PTN: 13,69 g	CHO: 14,86 g LIP: 11,70 g
SERVIÇO	25	26	27	28	29	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + Biscoito Doce	Fórmula + Fruta	Fórmula + Cereal	Fórmula + Fruta	Fórmula + Biscoito Doce	KCAL: 276,33 g PTN: 5,60 g	CHO: 39,05 g LIP: 11,10 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Sopa (Carne + Macarrão + Batata + Abóbora + Chuchu)	Papinha (Frango + Mandioca + Cenoura + Abobora + Caldo de Feijão)	Papinha (Carne + Batata Inglesa e Abóbora + Caldo de Feijão)	Papinha (Frango + Mandioca + Cenoura + Abobora + Caldo de Feijão)	Sopa (Frango + Mandioca + Beterraba + Abobrinha)	KCAL: 137,10 g PTN: 12,14 g	CHO: 14,62 g LIP: 7,24 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + Cereal	Fórmula + Biscoito doce integral	Fórmula + Cereal	Fórmula + Fruta	Fórmula + Cereal	KCAL: 335,62 g PTN: 6,99 g	CHO: 48,64 g LIP: 12,79 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Papinha (Carne + Batata + Abóbora) e Caldo de Feijão	Papinha (Carne + Batata + Chuchu + Cenoura + Abobrinha)	Papinha (Frango + Batata + Chuchu + Cenoura + Abobrinha)	Sopa (frango +aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	Papinha (frango + mandioca + cenoura + abóbora caldo de feijão)	KCAL: 264,57 g PTN: 11,31 g	CHO: 19,61 g LIP: 17,01 g

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICIPIO DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral
CMEI/CEI - BERÇARIOS (13 MESES A 23 MESES)
Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
					1	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					Leite com fruta + Pão com Creme Vegetal	KCAL: 50,63 g CHO: 6,65 g PTN: 1,69 g LIP: 1,52 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					Arroz + feijão + frango refogado + salada	KCAL: 63,02 g CHO: 6,69 g PTN: 3,30 g LIP: 2,57 g
MERENDA 14:00- 14:30hs					Leite com fruta + farinha láctea + biscoito integral doce	KCAL: 67,55 g CHO: 9,90 g PTN: 2,00 g LIP: 1,65 g
JANTAR 16:30- 17:00hs					Polenta + Frango ao Molho + Salada	KCAL: 59,91 g CHO: 6,31 g PTN: 3,12 g LIP: 2,52 g
SERVIÇO	4	5	6	7	8	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Leite com Cereal Infantil + Biscoito doce	Leite com fruta + farinha láctea + biscoito integral doce	KCAL: 60,24 g CHO: 8,23 g PTN: 1,80 g LIP: 2,09 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz + feijão + peixe assado + pirão de peixe	Arroz + feijão + carne bovina ao molho de ervilhas partida	KCAL: 67,30 g CHO: 8,42 g PTN: 3,82 g LIP: 2,08 g
MERENDA 14:00- 14:30hs				Chá com leite + biscoito salgado	Leite com cereal infantil + biscoito + fruta	KCAL: 57,10 g CHO: 9,88 g PTN: 1,27 g LIP: 1,23 g
JANTAR 16:30- 17:00hs				Risoto de frango com Cenoura + Batata + legume	Sopa de Feijão com Batata + Carne + Cenoura	KCAL: 51,53 g CHO: 5,82 g PTN: 2,86 g LIP: 1,93 g
SERVIÇO	11	12	13	14	15	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Leite com Cereal Infantil + Biscoito doce	Leite com fruta + farinha láctea + biscoito integral doce	Leite com fruta + farinha láctea + biscoito integral doce	Leite com café + Pão fatiado com Creme Vegetal	Leite com fruta + biscoito salgado integral	KCAL: 58,65 g CHO: 7,93 g PTN: 1,80 g LIP: 1,86 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Macarrão com carne moida ensopada + 1 tipo de salada	Arroz + Feijão + Quibe assado + Purê de Batata	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina, farinha de mandioca e salada	Arroz + Feijão + Frango com Cebola + Tomate + Batata Cozida	Arroz + feijão + omelete assado + 1 tipo de salada	KCAL: 89,11 g CHO: 10,56 g PTN: 4,35 g LIP: 3,11 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite + biscoito salgado integral	Leite com cereal infantil + biscoito + fruta	Leite com fruta + Pão com Creme Vegetal	Leite com fruta + farinha láctea + biscoito integral doce	Leite com café + pão com doce de fruta	KCAL: 61,41 g CHO: 9,93 g PTN: 1,74 g LIP: 1,41 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Carreteiro com Cenoura + Batata e Salada	Purê de batata + carne moída ao molho + salada	Polenta, carne moida ao molho	Carreteiro com Cenoura + Batata e Salada	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura e batata)	KCAL: 53,08 g CHO: 10,72 g PTN: 3,26 g LIP: 1,55 g
SERVIÇO	18	19	20	21	22	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Leite com Cereal Infantil + Biscoito doce	Leite com fruta + Pão com Creme Vegetal	Leite com fruta + Pão com Creme Vegetal	Chá com leite + biscoito salgado integral	Leite com café + pão fatiado com queijo	KCAL: 53,21 g CHO: 7,46 g PTN: 1,68 g LIP: 1,62 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz integral + Feijão + Frango refogado + salada	Arroz + Feijão + Sassami ao molho com legume, salada	Arroz, feijão carioca, carne iscas ao molho com 1 legume	Arroz + Feijão + Frango com Cebola + Tomate + Batata Cozida	Arroz + Feijão + Quibe assado + Purê de Batata	KCAL: 73,73 g CHO: 8,37 g PTN: 3,77 g LIP: 2,74 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com fruta + Pão com Creme Vegetal	Leite com café + pão com doce de fruta	Leite com fruta + farinha láctea + biscoito integral doce	Leite com café + pão com doce de fruta	Leite com cereal infantil + biscoito + fruta	KCAL: 44,79 g CHO: 8,40 g PTN: 1,04 g LIP: 0,58 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto de frango com Cenoura + Batata + legume	Macarrão com carne moída + salada + suco natural	Purê de batata + carne moída ao molho + salada	Carreteiro com Cenoura + Batata e Salada	Sopa de Feijão com Batata + Carne + Cenoura	KCAL: 85,04 g CHO: 14,91 g PTN: 4,37 g LIP: 2,68 g
SERVIÇO	25	26	27	28	29	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Leite com café + Pão fatiado com Creme Vegetal	Leite com fruta + Pão com Creme Vegetal	Leite com Cereal Infantil + Biscoito Doce	Leite com fruta + Pão com Creme Vegetal	Pão com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + Bolo simples e suco integral	KCAL: 310,24 g CHO: 45,31 g PTN: 9,89 g LIP: 8,46 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Arroz + Feijão + omelete, salada	Arroz, feijão carioca, carne iscas ao molho com 1 legume	Arroz + Feijão + Sassami ao molho com legume, salada	Arroz + lentilha + carne moida ensopada + salada	KCAL: 345,65 g CHO: 37,50 g PTN: 19,42 g LIP: 13,24 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com fruta + Pão com Creme Vegetal	Leite com fruta + farinha láctea + biscoito integral doce	Leite com fruta + Pão com Creme Vegetal	Leite com cereal infantil + biscoito + fruta	Pão com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + Bolo simples e suco integral	KCAL: 325,73 g CHO: 49,04 g PTN: 9,98 g LIP: 8,52 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Canja (Arroz + Frango + Abobrinha + Cenoura + Batata)	Risoto de frango com Cenoura + Batata + legume	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Polenta + Frango ao Molho + Salada	Macarrão com carne moida e suco natural	KCAL: 346,66 g CHO: 34,85 g PTN: 19,18 g LIP: 14,08 g

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICIPIO DE PARANAGUA
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral
CMEI/CEI - (2 a 5 anos)
Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
					1	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					Suco integral + pão de centeio com creme vegetal	KCAL: 248,90 g CHO: 38,49 g PTN: 2,08 g LIP: 0,76 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					Arroz + feijão + frango ao refogado + salada	KCAL: 499,86 g CHO: 44,27 g PTN: 20,67 g LIP: 26,96 g
MERENDA 14:00- 14:30hs					Leite com fruta + biscoito doce	KCAL: 323,23 g CHO: 46,12 g PTN: 9,27 g LIP: 11,12 g
JANTAR 16:30- 17:00hs					Polenta + Frango ao Molho + Salada	KCAL: 274,91 g CHO: 34,96 g PTN: 12,99 g LIP: 19,08 g
4	4	5	6	7	8	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Café com leite + Biscoito salgado	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito Doce	KCAL: 274,95 g CHO: 44,90 g PTN: 6,35 g LIP: 6,71 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz + feijão + peixe assado + pirão de peixe	Arroz + feijão + carne bovina ao molho de ervilhas	KCAL: 480,78 g CHO: 54,33 g PTN: 22,29 g LIP: 19,62 g
MERENDA 14:00- 14:30hs				Café com leite + biscoito doce	Chá com leite + biscoito salgado	KCAL: 267,29 g CHO: 44,56 g PTN: 6,17 g LIP: 5,53 g
JANTAR 16:30- 17:00hs				Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Sopa de Feijão + Batata + Carne + Cenoura	KCAL: 331,32 g CHO: 81,81 g PTN: 17,17 g LIP: 10,31 g
SERVIÇO	11	12	13	14	15	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sequilho + fruta	Leite com fruta + biscoito doce	Café com leite + pão com creme vegetal + queijo	Chá + pão com doce de leite	Suco integral+ pão de milho com creme vegetal	KCAL: 311,57 g CHO: 53,68 g PTN: 5,77 g LIP: 4,97 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Macarrão com carne moida ensopada + 1 tipo de salada	Arroz + Feijão + Quibe assado + Purê de Batata	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina, farinha de mandioca e salada	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada	KCAL: 679,92 g CHO: 62,07 g PTN: 22,14 g LIP: 37,87 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com fruta + biscoito salgado	Mingau de aveia + fruta	Leite com fruta + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado com doce de fruta	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito Doce	KCAL: 329,19 g CHO: 56,16 g PTN: 8,56 g LIP: 7,87 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Pure de batata com carne moida ao molho	Polenta, carne moida ao molho + salada	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura e batata)	KCAL: 314,90 g CHO: 64,77 g PTN: 16,14 g LIP: 9,83 g
SERVIÇO	18	19	20	21	22	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta	Leite com cereal de milho sem açúcar com banana picada	Suco integral + sanduiche pão fatiado com queijo + alface + cenoura	Iogurte de morango e biscoito integral doce + fruta	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta	KCAL: 348,68 g CHO: 67,53 g PTN: 7,36 g LIP: 4,51 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz integral+ feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz + feijão carioca+ carne isca ao molho + salada	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz, feijão , quibe assado e purê de batata + salada	KCAL: 674,66 g CHO: 58,10 g PTN: 24,47 g LIP: 38,08 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + pão fatiado com doce de fruta	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito Doce	Leite com fruta + biscoito salgado	Suco integral + sanduiche de pão fatiado com queijo + alface + cenoura	Leite com fruta + pão fatiado com doce de fruta	KCAL: 557,81 g CHO: 105,29 g PTN: 11,21 g LIP: 10,55 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (Frango + Cenoura + Batata + legume)	Macarrão com Carne Moída + Suco	Pure de batata com carne moida ao molho	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Risoto (Frango + Cenoura + Batata + legume)	KCAL: 506,19 g CHO: 81,03 g PTN: 19,94 g LIP: 21,57 g
SERVIÇO	25	26	27	28	29	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta	Café com leite + Biscoito salgado + Fruta	Suco + bolo de laranja	Chá + pão com doce de leite	Pão com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + Bolo simples e suco	KCAL: 380,19 g CHO: 60,62 g PTN: 8,73 g LIP: 10,87 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango ao refogado + salada	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada	Arroz + feijão carioca + carne bovina ao molho	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz + lentilha + carne moida ensopada + salada	KCAL: 550,19 g CHO: 49,67 g PTN: 22,17 g LIP: 29,51 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com cereal de milho sem açúcar com banana picada	Chá + pão com doce de leite	Café com leite + pão fatiado com creme vegetal + queijo	Iogurte de morango e biscoito integral doce	Pão com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + Bolo simples e suco	KCAL: 413,39 g CHO: 69,44 g PTN: 11,29 g LIP: 8,76 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura e batata)	Polenta, carne moida ao molho + salada	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão com carne moida e suco	KCAL: 401,91 g CHO: 32,22 g PTN: 15,39 g LIP: 23,30 g

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICIPIO DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral
CMEI/CEI - (2 a 5 anos) - Awaji
Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
					1	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					Suco integral + pão de centeio com creme vegetal	KCAL: 248,90 g CHO: 38,49 g PTN: 2,08 g LIP: 0,76 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					Arroz + feijão + frango ao refogado + salada	KCAL: 499,86 g CHO: 44,27 g PTN: 20,67 g LIP: 26,96 g
MERENDA 14:00- 14:30hs					Leite com fruta + biscoito doce	KCAL: 323,23 g CHO: 46,12 g PTN: 9,27 g LIP: 11,12 g
JANTAR 16:30- 17:00hs					Polenta + Frango ao Molho + Salada	KCAL: 274,91 g CHO: 34,96 g PTN: 12,99 g LIP: 19,08 g
4	4	5	6	7	8	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs			0	Café com leite + Biscoito salgado	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito Doce	KCAL: 274,95 g CHO: 44,90 g PTN: 6,35 g LIP: 6,71 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz + feijão + peixe assado + pirão de peixe	Arroz + feijão + carne bovina ao molho de ervilhas	KCAL: 480,78 g CHO: 54,33 g PTN: 22,29 g LIP: 19,62 g
MERENDA 14:00- 14:30hs			0	Café com leite + biscoito doce	Chá com leite + biscoito salgado	KCAL: 267,29 g CHO: 44,56 g PTN: 6,17 g LIP: 5,53 g
JANTAR 16:30- 17:00hs			0	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Sopa de Feijão + Batata + Carne + Cenoura	KCAL: 331,32 g CHO: 81,81 g PTN: 17,17 g LIP: 10,31 g
SERVIÇO	11	12	13	14	15	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sequilho + fruta	Leite com fruta + biscoito doce	Café com leite + pão com creme vegetal + queijo	Chá + pão com doce de leite	Suco integral+ pão de milho com creme vegetal	KCAL: 311,57 g CHO: 53,68 g PTN: 5,77 g LIP: 4,97 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Macarrão com carne moida ensopada + 1 tipo de salada	Arroz + Feijão + Quibe assado + Purê de Batata	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina, farinha de mandioca e salada	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada	KCAL: 679,92 g CHO: 62,07 g PTN: 22,14 g LIP: 37,87 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com fruta + biscoito salgado	Mingau de aveia + fruta	Leite com fruta + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado com doce de fruta	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito Doce	KCAL: 329,19 g CHO: 56,16 g PTN: 8,56 g LIP: 7,87 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Pure de batata com carne moida ao molho	Polenta, carne moida ao molho + salada	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura e batata)	KCAL: 314,90 g CHO: 64,77 g PTN: 16,14 g LIP: 9,83 g
SERVIÇO	18	19	20	21	22	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta	Leite com cereal de milho sem açúcar com banana picada	Suco integral + sanduiche pão fatiado com queijo + alface + cenoura	Iogurte de morango e biscoito integral doce + fruta	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta	KCAL: 348,68 g CHO: 67,53 g PTN: 7,36 g LIP: 4,51 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz integral+ feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz + feijão carioca+ carne isca ao molho + salada	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz, feijão , quibe assado e purê de batata + salada	KCAL: 674,66 g CHO: 58,10 g PTN: 24,47 g LIP: 38,08 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + pão fatiado com doce de fruta	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito Doce	Leite com fruta + biscoito salgado	Suco integral + sanduiche de pão fatiado com queijo + alface + cenoura	Leite com fruta + pão fatiado com doce de fruta	KCAL: 557,81 g CHO: 105,29 g PTN: 11,21 g LIP: 10,55 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (Frango + Cenoura + Batata + legume)	Macarrão com Carne Moída + Suco	Pure de batata com carne moida ao molho	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Risoto (Frango + Cenoura + Batata + legume)	KCAL: 506,19 g CHO: 81,03 g PTN: 19,94 g LIP: 21,57 g
SERVIÇO	25	26	27	28	29	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta	Café com leite + Biscoito salgado + Fruta	Suco + bolo de laranja	Chá + pão com doce de leite	Pão com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + Bolo simples e	KCAL: 380,19 g CHO: 60,62 g PTN: 8,73 g LIP: 10,87 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango ao refogado + salada	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada	Arroz + feijão carioca + carne bovina ao molho	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz + lentilha + carne moida ensopada + salada	KCAL: 550,19 g CHO: 49,67 g PTN: 22,17 g LIP: 29,51 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com cereal de milho sem açúcar com banana picada	Chá + pão com doce de leite	Café com leite + pão fatiado com creme vegetal + queijo	Iogurte de morango e biscoito integral doce	Pão com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + Bolo simples e	KCAL: 413,39 g CHO: 69,44 g PTN: 11,29 g LIP: 8,76 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura e batata)	Polenta, carne moida ao molho + salada	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão com carne moida e suco	KCAL: 401,91 g CHO: 32,22 g PTN: 15,39 g LIP: 23,30 g

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICIPIO DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral
CMEI/CEI - (2 a 5 anos) Anita Raby (Alergia)
Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
					1
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					Suco integral + pão sem lactose + creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					Arroz + feijão + frango ao refogado + salada
SERVIÇO	4	5	6	7	8
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Suco integral + biscoito	Chá com biscoito sem lactose
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz + feijão + peixe assado + pirão de peixe	Arroz + feijão + carne bovina ao molho de ervilhas
SERVIÇO	11	12	13	14	15
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito + fruta	Suco integral + biscoito + fruta	Chá + pão sem lactose com creme vegetal	Chá + pão sem lactose com creme vegetal	Chá + pão sem lactose com creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Macarrão com carne moida ensopada + 1 tipo de salada	Arroz + Feijão + Quibe assado + Purê de Batata	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina, farinha de mandioca e salada	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada
SERVIÇO	18	19	20	21	22
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + Biscoito	Chá + biscoito	Suco integral + pão sem lactose com creme vegetal	Suco integral + Biscoito + Fruta	Chá + pão sem lactose com creme vegetal + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz integral+ feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz + feijão carioca+ carne isca ao molho + salada	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz, feijão , quibe assado e purê de batata + salada
SERVIÇO	25	26	27	28	29
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco abacaxi natural + Pão sem lactose com creme vegetal + fruta	Suco integral + Biscoito sem lactose + fruta	Suco integral, biscoito + fruta	Chá + pão sem lactose com creme vegetal sem lactose	Pão sem lactose com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + Bolo simples e suco integral
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango ao refogado + salada	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada	Arroz + feijão carioca + carne bovina ao molho	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz + lentilha + carne moida ensopada + salada

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICIPIO DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral
CMEI/CEI- (2 a 5 anos) - Nádia e Navegantes
Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
					1
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					Suco integral + pão de centeio com creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					Arroz + feijão + frango ao refogado + salada
MERENDA 14:00/ 15:00hs					Leite com fruta + biscoito doce
SERVIÇO	4	5	6	7	8
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Café com leite + Biscoito salgado	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito Doce
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz + feijão + peixe assado + pirão de peixe	Arroz + feijão + carne bovina ao molho de ervilhas
MERENDA 14:00/ 15:00hs				Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Chá com leite + biscoito salgado
SERVIÇO	11	12	13	14	15
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sequilho + fruta	Leite com fruta + biscoito doce	Café com leite + pão com creme vegetal + queijo	Chá + pão com doce de leite	Suco integral+ pão de milho com creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Macarrão com carne moida ensopada + 1 tipo de salada	Arroz + Feijão + Quibe assado + Purê de Batata	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina, farinha de mandioca e salada	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Leite com fruta + biscoito salgado	Pure de batata com carne moida ao molho	Leite com fruta + biscoito salgado	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito Doce
SERVIÇO	18	19	20	21	22
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta	Leite com cereal de milho sem açúcar com banana picada	Suco integral + sanduiche pão fatiado com queijo + alface +	Iogurte de morango e biscoito integral doce + fruta	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz integral+ feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz + feijão carioca+ carne isca ao molho + salada	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz, feijão , quibe assado e purê de batata + salada
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Suco integral + pão fatiado com doce de fruta	Macarrão com Carne Moída + Suco	Leite com fruta + biscoito salgado	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Leite com fruta + pão fatiado com doce de fruta
SERVIÇO	25	26	27	28	29
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta	Café com leite + Biscoito salgado + Fruta	Suco + bolo de laranja	Chá + pão com doce de leite	Pão com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + Bolo simples e suco
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango ao refogado + salada	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada	Arroz + feijão carioca + carne bovina ao molho	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz + lentilha + carne moida ensopada + salada
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Leite com cereal de milho sem açúcar com banana picada	Polenta, carne moida ao molho + salada	Café com leite + pão fatiado com creme vegetal + queijo	Polenta + frango ao molho + salada	Pão com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + Bolo simples e suco

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Lt

MUNICIPIO DE PARANAGUA
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral
CMEI/CEI- (2 a 5 anos) - Arcelina
Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
					1
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					Suco integral + pão de centeio com creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					Arroz + feijão + frango ao refogado + salada
MERENDA 14:00/ 15:00hs					Leite com fruta + biscoito doce
SERVIÇO	4	5	6	7	8
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Café com leite + Biscoito salgado	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito Doce
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz + feijão + peixe assado + pirão de peixe	Arroz + feijão + carne bovina ao molho de ervilhas
MERENDA 14:00/ 15:00hs				Café com leite + biscoito doce	Chá com leite + biscoito salgado
SERVIÇO	11	12	13	14	15
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sequilho + fruta	Leite com fruta + biscoito doce	Café com leite + pão com creme vegetal + queijo	Chá + pão com doce de leite	Suco integral+ pão de milho com creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Macarrão com carne moida ensopada + 1 tipo de salada	Arroz + Feijão + Quibe assado + Purê de Batata	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina, farinha de mandioca e salada	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Leite com fruta + biscoito salgado	Pure de batata com carne moida ao molho	Leite com fruta + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado com doce de fruta	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito Doce
SERVIÇO	18	19	20	21	22
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta	Leite com cereal de milho sem açúcar com banana picada	Suco integral + sanduiche pão fatiado com queijo + alface +	Iogurte de morango e biscoito integral doce + fruta	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz integral+ feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz + feijão carioca+ carne isca ao molho + salada	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz, feijão , quibe assado e purê de batata + salada
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Risoto (Frango + Cenoura + Batata + legume)	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito Doce	Leite com fruta + biscoito salgado	Suco integral + sanduiche de pão fatiado com queijo + alface + cenoura	Leite com fruta + pão fatiado com doce de fruta
SERVIÇO	25	26	27	28	29
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta	Café com leite + Biscoito salgado + Fruta	Suco + bolo de laranja	Chá + pão com doce de leite	Pão com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + Bolo simples e suco
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango ao refogado + salada	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada	Arroz + feijão carioca + carne bovina ao molho	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz + lentilha + carne moida ensopada + salada
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura e batata)	Chá + pão com doce de leite	Café com leite + pão fatiado com creme vegetal + queijo	Iogurte de morango e biscoito integral doce	Pão com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + Bolo simples e suco

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos L

MUNICIPIO DE PARANAGUA
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral
CMEI/CEI - Helena Porto
Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
					1	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					Suco integral + pão de centeio com creme vegetal	KCAL: 248,90 g CHO: 38,49 g PTN: 2,08 g LIP: 0,76 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					Arroz + feijão + frango ao refogado + salada	KCAL: 499,86 g CHO: 44,27 g PTN: 20,67 g LIP: 26,96 g
MERENDA 14:00- 14:30hs					Leite com fruta + biscoito doce	KCAL: 323,23 g CHO: 46,12 g PTN: 9,27 g LIP: 11,12 g
JANTAR 16:30- 17:00hs					Polenta + Frango ao Molho + Salada	KCAL: 274,91 g CHO: 34,96 g PTN: 12,99 g LIP: 19,08 g
4	4	5	6	7	8	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Café com leite + Biscoito salgado	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito Doce	KCAL: 274,95 g CHO: 44,90 g PTN: 6,35 g LIP: 6,71 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz + feijão + peixe assado + pirão de peixe	Arroz + feijão + carne bovina ao molho de ervilhas	KCAL: 480,78 g CHO: 54,33 g PTN: 22,29 g LIP: 19,62 g
MERENDA 14:00- 14:30hs				Café com leite + biscoito doce	Chá com leite + biscoito salgado	KCAL: 267,29 g CHO: 44,56 g PTN: 6,17 g LIP: 5,53 g
JANTAR 16:30- 17:00hs				Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Sopa de Feijão + Batata + Carne + Cenoura	KCAL: 331,32 g CHO: 81,81 g PTN: 17,17 g LIP: 10,31 g
SERVIÇO	11	12	13	14	15	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sequilho + fruta	Leite com fruta + biscoito doce	Café com leite + pão com creme vegetal + queijo	Chá + pão com doce de leite	Suco integral+ pão de milho com creme vegetal	KCAL: 311,57 g CHO: 53,68 g PTN: 5,77 g LIP: 4,97 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Macarrão com carne moida ensopada + 1 tipo de salada	Arroz + Feijão + Quibe assado + Purê de Batata	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina, farinha de mandioca e salada	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada	KCAL: 679,92 g CHO: 62,07 g PTN: 22,14 g LIP: 37,87 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com fruta + biscoito salgado	Mingau de aveia + fruta	Leite com fruta + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado com doce de fruta	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito Doce	KCAL: 329,19 g CHO: 56,16 g PTN: 8,56 g LIP: 7,87 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Pure de batata com carne moida ao molho	Polenta, carne moida ao molho + salada	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura e batata)	KCAL: 314,90 g CHO: 64,77 g PTN: 16,14 g LIP: 9,83 g
SERVIÇO	18	19	20	21	22	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta	Leite com cereal de milho sem açúcar com banana picada	Suco integral + sanduiche pão fatiado com queijo + alface + cenoura	Iogurte de morango e biscoito integral doce + fruta	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta	KCAL: 348,68 g CHO: 67,53 g PTN: 7,36 g LIP: 4,51 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz integral+ feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz + feijão carioca+ carne isca ao molho + salada	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz, feijão , quibe assado e purê de batata + salada	KCAL: 674,66 g CHO: 58,10 g PTN: 24,47 g LIP: 38,08 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + pão fatiado com doce de fruta	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito Doce	Leite com fruta + biscoito salgado	Suco integral + sanduiche de pão fatiado com queijo + alface + cenoura	Leite com fruta + pão fatiado com doce de fruta	KCAL: 557,81 g CHO: 105,29 g PTN: 11,21 g LIP: 10,55 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (Frango + Cenoura + Batata + legume)	Macarrão com Carne Moída + Suco	Pure de batata com carne moida ao molho	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Risoto (Frango + Cenoura + Batata + legume)	KCAL: 506,19 g CHO: 81,03 g PTN: 19,94 g LIP: 21,57 g
SERVIÇO	25	26	27	28	29	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta	Café com leite + Biscoito salgado + Fruta	Suco + bolo de laranja	Chá + pão com doce de leite	Pão com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + Bolo simples e suco	KCAL: 380,19 g CHO: 60,62 g PTN: 8,73 g LIP: 10,87 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango ao refogado + salada	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada	Arroz + feijão carioca + carne bovina ao molho	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz + lentilha + carne moida ensopada + salada	KCAL: 550,19 g CHO: 49,67 g PTN: 22,17 g LIP: 29,51 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com cereal de milho sem açúcar com banana picada	Chá + pão com doce de leite	Café com leite + pão fatiado com creme vegetal + queijo	Iogurte de morango e biscoito integral doce	Pão com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + Bolo simples e suco	KCAL: 413,39 g CHO: 69,44 g PTN: 11,29 g LIP: 8,76 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura e batata)	Polenta, carne moida ao molho + salada	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão com carne moida e suco	KCAL: 401,91 g CHO: 32,22 g PTN: 15,39 g LIP: 23,30 g

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICIPIO DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral
CMEI/CEI - (2 a 5 anos) Helena Porto
Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
					1
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					Suco integral + pão de centeio com creme vegetal
MERENDA 14:00- 14:30hs					Leite com fruta + biscoito doce
4	4	5	6	7	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	FERIADO	FERIADO	CINZAS	Arroz + feijão + peixe assado + pirão de peixe	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito Doce
MERENDA 14:00- 14:30hs				Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Chá com leite + biscoito salgado
SERVIÇO	11	12	13	14	15
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sequilho + fruta	Arroz + Feijão + Quibe assado + Purê de Batata	Café com leite + pão com creme vegetal + queijo	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Suco integral+ pão de milho com creme vegetal
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com fruta + biscoito salgado	Pure de batata com carne moida ao molho	Leite com fruta + biscoito salgado	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito Doce
SERVIÇO	18	19	20	21	22
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta	Leite com cereal de milho sem açúcar com banana picada	Suco integral + sanduiche pão fatiado com queijo + alface + cenoura	Iogurte de morango e biscoito integral doce + fruta	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + pão fatiado com doce de fruta	Macarrão com Carne Moída + Suco	Leite com fruta + biscoito salgado	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Leite com fruta + pão fatiado com doce de fruta
SERVIÇO	25	26	27	28	29
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco abacaxi natural + Pão com Creme Vegetal + Fruta	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada	Suco + bolo de laranja	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Pão com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + Bolo simples e suco
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com cereal de milho sem açúcar com banana picada	Polenta, carne moida ao molho + salada	Café com leite + pão fatiado com creme vegetal + queijo	Polenta + frango ao molho + salada	Pão com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + Bolo simples e suco

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICIPIO DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral
CMEI/CEI - (2 a 5 anos) - sem lactose
Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
					1
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					Suco + pão sem lactose com creme vegetal sem lactose
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					Arroz + feijão + frango refogado + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs					Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose
JANTAR 16:30- 17:00hs					Polenta + frango ao molho + salada
SERVIÇO	4	5	6	7	8
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Vitamina de frutas mista (3frutas) (leite de soja + fruta picada) + Biscoito sem lactose
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz + feijão + peixe assado + pirão de peixe	Arroz + feijão + carne bovina ao molho de ervilhas
MERENDA 14:00- 14:30hs				Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Chá com leite de soja e biscoito sem lactose
JANTAR 16:30- 17:00hs			0	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Sopa de Feijão + Batata + Carne + Cenoura
SERVIÇO	11	12	13	14	15
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sem lactose + fruta	Leite de soja fruta + biscoito sem lactose	Café com leite de soja + pão sem lactose com queijo sem lactose	Chá + pão sem lactose com doce de fruta	Suco + pão sem lactose com creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Macarrão com carne moida ensopada + 1 tipo de salada	Arroz + Feijão + Quibe assado + Purê de Batata	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina, farinha de mandioca e salada	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	leite de soja com fruta e biscoito sem lactose	Mingau de aveia com leite de soja + fruta	Leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem lactose + doce de fruta	Vitamina de frutas mista (3 frutas) biscoito sem lactose
JANTAR 16:30- 17:00hs	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha	Pure de batata com carne moida ao molho	Polenta, carne moida ao molho + salada	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura e batata)
SERVIÇO	18	19	20	21	22
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com creme vegetal sem lactose + fruta	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada	Suco integral + sanduiche de pão sem lactose + queijo sem lactose + alface + fruta	Iogurte sem lactose + biscoito sem lactose + fruta	Suco de abacaxi natutal + pão sem lactose com creme vegetal sem lactose + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz integral+ feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz + feijão carioca+ carne isca ao molho + salada	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz, feijão , quibe assado e purê de batata + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco + pão sem lactose com doce de fruta	Vitamina de frutas mista (3frutas) (leite de soja + fruta picada) + Biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Suco integral + senduiche de pão sem lactose + queijo sem lactose + alface + fruta	Leite de soja + fruta + biscoito sem lactose
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (Frango + Cenoura + Batata + legume)	Macarrão com Carne Moída + Suco	Pure de batata com carne moida ao molho	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Risoto (Frango + Cenoura + Batata + legume)
SERVIÇO	25	26	27	28	29
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco abacaxi natural +pão sem lactose com creme vegetal sem lactose + fruta	Café com leite de soja + biscoito sem lactose + fruta	Suco + bolo sem lactose	Chá + pão sem lactose com creme vegetal sem lactose	Pão sem lactose com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + bolo simples e suco
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango ao refogado + salada	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada	Arroz + feijão carioca + carne bovina ao molho	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz + lentilha + carne moida ensopada + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada	Chá + pão sem lactose com doce de fruta	Café com leite de soja + pão sem lactose com creme vegetal sem lactose + queijo sem lactose	Iogurte sem lactose + biscoito sem lactose	Pão sem lactose com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + bolo simples e suco
JANTAR 16:30- 17:00hs	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura e batata)	Polenta, carne moida ao molho + salada	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão com carne moida e suco

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICIPIO DE PARANAGUA
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral
CMEI/CEI- (2 a 5 anos) - sem glúten
Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
					1
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					Suco + pão sem glúten + creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					Arroz + feijão + frango ao refogado + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs					Leite com fruta + biscoito sem glúten
JANTAR 16:30- 17:00hs					Polenta + Frango ao Molho + Salada
SERVIÇO	4	5	6	7	8
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Café com leite + biscoito sem glúten	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito sem glúten
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz + feijão + peixe assado + pirão de peixe	Arroz + feijão + carne bovina ao molho de ervilhas
MERENDA 14:00- 14:30hs				Café com leite + biscoito sem glúten	Chá + biscoito sem glúten
JANTAR 16:30- 17:00hs				Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Sopa de Feijão + Batata + Carne + Cenoura
SERVIÇO	11	12	13	14	15
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sem glúten + fruta	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Café com leite + pão sem glúten com creme vegetal + queijo	Chá + pão sem glúten com doce de fruta	Suco integral + pão sem glúten com creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Macarrão sem glúten com carne moída ensopada + 1 tipo de salada	Arroz + Feijão + Quibe assado + Purê de Batata	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina, farinha de mandioca e salada	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	leite com fruta + biscoito sem glúten	Mingau de aveia sem glúten + fruta	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Leite com fruta + pão sem glúten com doce de fruta	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + biscoito sem glúten
JANTAR 16:30- 17:00hs	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Pure de batata com carne moida ao molho	Polenta, carne moida ao molho + salada	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura e batata)
SERVIÇO	18	19	20	21	22
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco de abacaxi + pão sem glúten com creme vegetal + fruta	Leite com cereal de milho sem açúcar com banana picada	Suco integral + sanduiche de pao sem glúten com queijo + alface + cenoura	Iogurte + biscoito sem glúten + fruta	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten com creme vegetal + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz integral+ feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz + feijão carioca+ carne isca ao molho + salada	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz, feijão , quibe assado e purê de batata + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco + pão sem glúten com doce de fruta	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + Biscoito sem glúten	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Suco integral + sanduiche de pao sem glúten com queijo + alface + cenoura	leite com fruta + pão sem glúten com doce de fruta
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (Frango + Cenoura + Batata + legume)	Macarrão sem glúten com carne moída + suco	Pure de batata com carne moida ao molho	Carreteiro (Carne desfiada + Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Risoto (Frango + Cenoura + Batata + legume)
SERVIÇO	25	26	27	28	29
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco abacaxi natural + Pão sem glúten com Creme Vegetal + Fruta	Café com leite + biscoito sem glúten + fruta	Suco + bolo sem glúten	Chá + pão sem glúten com creme vegetal	Pão sem glúten com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + bolo simples e suco
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango ao refogado + salada	Arroz + Feijão + Omelete assado + Salada	Arroz + feijão carioca + carne bovina ao molho	Arroz + feijão + carne de frango desfiada + tomate + cebola + batata	Arroz + lentilha + carne moida ensopada + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com cereal de milho sem açúcar com banana picada	Café com leite + biscoito sem glúten	Café com leite + pão sem glúten com creme vegetal + queijo	Iogurte + biscoito sem glúten	Pão sem glúten com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + bolo simples e suco
JANTAR 16:30- 17:00hs	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura e batata)	Polenta, carne moida ao molho + salada	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão sem glúten com carne moída e suco

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos L

MUNICIPIO DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CMEI/CEI - (2 a 5 anos) Diet
Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
					1
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					Suco integral + pão integral com creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					Arroz integral + feijão + frango refogado + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs					Leite desnatado com fruta + biscoito diet
JANTAR 16:30- 17:00hs					Arroz integral + frango ao molho + salada
SERVIÇO	4	5	6	7	8
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Vitamina de frutas mista (3 frutas) (leite desnatado + fruta picada) + Biscoito diet
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz integral + feijão + peixe assado + pirão de peixe + salada	Arroz integral+ Feijão + Carne moida ao molho + ervilha partida
MERENDA 14:00- 14:30hs				Chá com leite desnatado e adoçante + biscoito integral	Chá + biscoito salgado
JANTAR 16:30- 17:00hs				Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura
SERVIÇO	11	12	13	14	15
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito integral + fruta	Leite com fruta + biscoito integral	Café com leite desnatado com adoçante + pão integral com creme vegetal + queijo	Chá com adoçante + pão integral com doce de fruta diet	Suco integral + pão integral com creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Macarrão integral com carne moida ensopada + salada	Arroz integral + feijão + quibe assado + purê de batata	Arroz integral + feijoada com cubos de carne bovina, farinha de mandioca e salada	Arroz integral + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz integral + feijão + omelete assado + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + pão integral com doce de fruta diet + fruta	Mingau de aveia com adoçante e leite desnatado + fruta	Leite com fruta + biscoito salgado	leite com fruta + pão integral com doce de fruta diet	Vitamina de frutas mista (3 frutas) + biscoito diet
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro (arroz integral com carne desfiada + batata + cenoura + ervilha)	Pure de batata com carne moída ao molho	Polenta, carne moída ao molho, salada	Arroz carreteiro (arroz integral com carne desfiada + batata + cenoura + ervilha)	Canja (arroz inetgral + frango + abobrinha + cenoura + batata)
SERVIÇO	18	19	20	21	22
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco de abacaxi com adoçante + pão integral com creme vegetal + fruta	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco integral + salduiche de pão integral + queijo + alface + cenoura	Iogurte diet+ biscoito integral + fruta	Suco de abacaxi natural + pão integral com creme vegetal + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz integral + Feijão + Frango Refogado + Salada	Arroz integral, feijão, Frango desfiado com cebola e tomate, batata cozida	Arroz integral+ Feijão carioca + Carne isca ao molho + salada	Arroz integral, feijão, Frango desfiado com cebola e tomate, batata cozida	Arroz integral + feijão + quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + pão integral com doce diet	Vitamina de frutas mista (3 frutas) (leite desnatado + fruta picada) + Biscoito diet	Leite com fruta + biscoito salgado	Suco integral + sanduiche de pão fatiado com queijo + alface + cenoura	Leite com fruta + pão integral com doce de fruta diet
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (Arroz integral + Frango + Cenoura + Batata + legume)	Macarrão integral com Carne Moída + Suco sem açúcar	Pure de batata com carne moida ao molho	Carreteiro (Arroz integral +Batata + Cenoura + Ervilha partida)	Risoto (Arroz integral + Frango + Cenoura + Batata + legume)
SERVIÇO	25	26	27	28	29
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral + creme vegetal + fruta	Café com leite desnatado + Biscoito salgado + fruta	Suco integral + bolo diet	Chá + pão integral com creme vegetal	Pão integral com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + bolo diet e suco integral
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz integral + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz integral + Feijão + Omelete assado + Salada	Arroz integral + Feijão carioca + carne bovina ao molho	Arroz integral, feijão, Frango desfiado com cebola e tomate, batata cozida	Arroz integral + lentilha + carne moida ensopada + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Chá com adoçante + biscoito salgado	Café com leite desnatado com adoçante + pão integral com queijo	Iogurte diet + biscoito diet	Pão integral com frango desfiado ao molho (cenoura e alface) + bolo diet e suco integral
JANTAR 16:30- 17:00hs	Canja (arroz inetgral + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Polenta, carne moída ao molho, salada	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Arroz integral + frango ao molho + salada	Macarrão integral com Carne Moída + Suco sem açúcar

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltd

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio - Escolas Parciais

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta 1	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
10:00HS 15:00HS					Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	KCAL: 866,15 g CHO: 55,33 g PTN: 32,88 g LIP: 58,07 g
SERVIÇO	**Segunda 4**	**Terça 5**	**Quarta 6**	**Quinta 7**	**Sexta 8**	**MÉDIA VALOR NUTRICIONAL**
10:00HS 15:00HS	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Leite com fruta e biscoito salgado	Arroz + feijão carioca + peixe ao	KCAL: 414,26 g CHO: 58,61 g PTN: 15,29 g LIP: 13,67 g
SERVIÇO	**Segunda 11**	**Terça 12**	**Quarta 13**	**Quinta 14**	**Sexta 15**	**MÉDIA VALOR NUTRICIONAL**
10:00HS 15:00HS	Risoto de frango (com 1 tipo de	Arroz + feijoada com cubos de	Vitamina de frutas + biscoito doce	Arroz + feijão carioca + frango	Arroz + feijão + carne moída ao	KCAL: 667,55 g CHO: 101,60 g PTN: 24,21 g LIP: 20,75 g
SERVIÇO	**Segunda 18**	**Terça 19**	**Quarta 20**	**Quinta 21**	**Sexta 22**	**MÉDIA VALOR NUTRICIONAL**
10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + carne de frango	Chá + pão fatiado com doce de fruta	Arroz + feijão + omelete com	Arroz + feijão carioca +	Arroz + feijão + quibe assado +	KCAL: 562,78 g CHO: 82,80 g PTN: 20,25 g LIP: 21,21 g
SERVIÇO	**Segunda 25**	**Terça 26**	**Quarta 27**	**Quinta 28**	**Sexta 29**	**MÉDIA VALOR NUTRICIONAL**
10:00HS 15:00HS	Arroz integral +	Macarrão	Arroz + feijão	Arroz + feijão +	Pão com frango	KCAL: 645,83 g CHO: 91,75 g PTN: 24,51 g LIP: 20,46 g

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio - Escolas Parciais - diabetes

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta 1
10:00HS 15:00HS					Arroz integral + feijão + carne ao molho com cenoura + salada
SERVIÇO	**Segunda 4**	**Terça 5**	**Quarta 6**	**Quinta 7**	**Sexta 8**
10:00HS 15:00HS	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Leite desnatado com fruta com adoçante + biscoito salgado	Arroz integral + feijão carioca + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
SERVIÇO	**Segunda 11**	**Terça 12**	**Quarta 13**	**Quinta 14**	**Sexta 15**
10:00HS 15:00HS	Risoto de frango (arroz integral com 1 tipo de legume + legume) + salada + fruta	Arroz integral + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Vitamina de frutas (com leite desnatado) + biscoito integral	Arroz integral + feijão carioca + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne moida ao molho + salada
SERVIÇO	**Segunda 18**	**Terça 19**	**Quarta 20**	**Quinta 21**	**Sexta 22**
10:00HS 15:00HS	Arroz integral + feijão + carne frango desfiada com cebola + tomate + fruta	Chá + pão integral com doce de fruta + fruta	Arroz integral + feijão + omelete com ervilhas partida + salada	Arroz integral, feijão carioca, sobrecoxa (desossada), salada + fruta	Arroz integral + feijão + quibe assado + salada
SERVIÇO	**Segunda 25**	**Terça 26**	**Quarta 27**	**Quinta 28**	**Sexta 29**
10:00HS 15:00HS	Arroz integral + feijão carioca + omelete, salada + fruta	Macarrão integral + carne moida ao molho + salada + fruta + suco integral	Arroz integral + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz integral + feijão + barreado + salada+ farinha + fruta	Pão integral com frango desfiado ao molho com cenoura e alface + Bolo diet e suco integral

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio - Escolas Parciais - sem lactose

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta 1
10:00HS 15:00HS					Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada
SERVIÇO	**Segunda 4**	**Terça 5**	**Quarta 6**	**Quinta 7**	**Sexta 8**
10:00HS 15:00HS	RECESSO	FERIADO	CINZAS	leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
SERVIÇO	**Segunda 11**	**Terça 12**	**Quarta 13**	**Quinta 14**	**Sexta 15**
10:00HS 15:00HS	Risoto de frango (com 1 tipo de legume + legume) + salada + fruta	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Vitamina de frutas (leite de soja) + biscoito sem lactose	Arroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moida ao molho + polenta + salada
SERVIÇO	**Segunda 18**	**Terça 19**	**Quarta 20**	**Quinta 21**	**Sexta 22**
10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + carne de frango desfiadada com cebola + tomate + salada + fruta	Chá pão sem lactose com doce de fruta + fruta	Arroz + feijão+ omelete com ervilhas partida + salada	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa (desossada) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
SERVIÇO	**Segunda 25**	**Terça 26**	**Quarta 27**	**Quinta 28**	**Sexta 29**
10:00HS 15:00HS	Arroz integral + feijão + omelete, salada + fruta	Macarrão parafuso + carne moida ao molho, salada + fruta + suco integral	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + barreado + farinha + salada + fruta	Pão sem lactose com frango desfiado com molho (cenoura + alface) + Bolo sem lactose e suco

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio - Escolas Parciais - sem glúten

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta 1
10:00HS 15:00HS					Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada
SERVIÇO	**Segunda 4**	**Terça 5**	**Quarta 6**	**Quinta 7**	**Sexta 8**
10:00HS 15:00HS	RECESSO	FERIADO	CINZAS	leite com fruta + biscoito sem glúten	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
SERVIÇO	**Segunda 11**	**Terça 12**	**Quarta 13**	**Quinta 14**	**Sexta 15**
10:00HS 15:00HS	Risoto de frango (com 1 tipo de legume + legume) + salada + fruta	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Vitamina de frutas + biscoito sem glúten	Arroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moida ao molho + polenta + salada
SERVIÇO	**Segunda 18**	**Terça 19**	**Quarta 20**	**Quinta 21**	**Sexta 22**
10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + carne de frango desfiadada com cebola + tomate + salada + fruta	Chá + pão sem glúten com doce de fruta + salada	Arroz + feijão+ omelete com ervilhas partida + salada	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa (desossada) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
SERVIÇO	**Segunda 25**	**Terça 26**	**Quarta 27**	**Quinta 28**	**Sexta 29**
10:00HS 15:00HS	Arroz integral + feijão + omelete, salada + fruta	Macarrão sem glúten com carne moida ao molho + salada + fruta + suco integral	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + barreado + farinha + salada + fruta	Pão sem glúten com frango desfiado ao molho (alface + cenoura) + Bolo sem glúten e suco

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio - Escolas Parciais - Especial (Camões, Manoel, Almirante, Berta, Eloína)

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta 1	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
PARCIAL 10:00HS					Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	KCAL: 866,15 g CHO: 55,33 g PTN: 32,88 g LIP: 58,07 g
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS					Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	KCAL: 301,78 g CHO: 40,70 g PTN: 9,08 g LIP: 10,16 g
SERVIÇO	Segunda 4	Terça 5	Quarta 6	Quinta 7	Sexta 8	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
PARCIAL 10:00HS	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Leite com fruta e biscoito salgado	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	KCAL: 414,26 g CHO: 58,61 g PTN: 15,29 g LIP: 13,67 g
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS				Leite com fruta + biscoito integral	Vitamina de frutas + biscoito doce	KCAL: 484,29 g CHO: 82,34 g PTN: 14,50 g LIP: 11,98 g
SERVIÇO	Segunda 11	Terça 12	Quarta 13	Quinta 14	Sexta 15	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
PARCIAL 10:00HS	Risoto de frango (com 1 tipo de legume + legume) + salada + fruta	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Vitamina de frutas + biscoito doce	Arroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moida ao molho + polenta + salada	KCAL: 667,55 g CHO: 101,60 g PTN: 24,21 g LIP: 20,75 g
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Café com leite + biscoito salgado + fruta	Vitamina de frutas + biscoito doce	Café com leite + pão fatiado creme vegetal + queijo + fruta	Suco de abacaxi + biscoio salgado + fruta	Suco + sanduiche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface	KCAL: 455,56 g CHO: 84,03 g PTN: 11,06 g LIP: 8,38 g
SERVIÇO	Segunda 18	Terça 19	Quarta 20	Quinta 21	Sexta 22	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão + carne de frango desfiadada com cebola + tomate + salada + fruta	Chá + pão fatiado com doce de fruta + fruta	Arroz + feijão+ omelete com ervilhas partida + salada	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa (desossada) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada	KCAL: 562,78 g CHO: 82,80 g PTN: 20,25 g LIP: 21,21 g
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Iogurte + biscoito integral doce + fruta	Chá + pão com doce de leite + fruta	Suco natural de abacaxi + biscoito salgado + fruta	Café com leite + biscoito doce + fruta	Leite com fruta + pão fatiado com doce de fruta	KCAL: 406,87 g CHO: 68,62 g PTN: 9,27 g LIP: 10,73 g
SERVIÇO	Segunda 25	Terça 26	Quarta 27	Quinta 28	Sexta 29	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
PARCIAL 10:00HS	Arroz integral + feijão + omelete, salada + fruta	Macarrão parafuso + carne moida ao molho, salada + fruta + suco integral	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + barreado + farinha + salada + fruta	Pão com frango desfiado com molho (cenoura + alface) + Bolo simples e suco	KCAL: 645,83 g CHO: 91,75 g PTN: 24,51 g LIP: 20,46 g
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Leite com fruta + biscoito integral	Leite com cereal de milho sem açúcar e banana picada	Suco de natural de abacaxi + bolo + fruta	Suco integral + pão com doce de fruta + fruta	Pão com frango desfiado com molho (cenoura + alface) + Bolo simples e suco integral	KCAL: 456,43 g CHO: 75,37 g PTN: 10,25 g LIP: 7,85 g

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio - Escolas Parciais - Especial (Camões, Manoel, Almirante, Berta, Eloína, Miriam)

Março/2019 (sem glúten e sem lactose)

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta 1
PARCIAL 10:00HS					Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada
SERVIÇO	Segunda 4	Terça 5	Quarta 6	Quinta 7	Sexta 8
PARCIAL 10:00HS	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
SERVIÇO	Segunda 11	Terça 12	Quarta 13	Quinta 14	Sexta 15
PARCIAL 10:00HS	Risoto de frango (com 1 tipo de legume + legume) + salada + fruta	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Vitamina de frutas com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Arroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moida ao molho + polenta + salada
SERVIÇO	Segunda 18	Terça 19	Quarta 20	Quinta 21	Sexta 22
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão + carne de frango desfiadada com cebola + tomate + salada + fruta	Chá + pão sem glútene e sem lactose com doce de fruta + fruta	Arroz + feijão+ omelete com ervilhas partida + salada	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa (desossada) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
SERVIÇO	Segunda 25	Terça 26	Quarta 27	Quinta 28	Sexta 29
PARCIAL 10:00HS	Arroz integral + feijão + omelete, salada + fruta	Macarrão sem glúten + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + barreado + farinha + salada + fruta	Pão sem glúten e sem lactose com frango desfiado (cenoura e alface) + bolo sem glúten e sem lactose + suco

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio - Escolas Parciais - Especial (Nacar)

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta 1
PARCIAL 10:00HS	0	0	0	0	Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!
SERVIÇO	Segunda 4	Terça 5	Quarta 6	Quinta 7	Sexta 8
PARCIAL 10:00HS	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Risoto de frango (com 1 tipo de legume + legume) salada + fruta	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!
SERVIÇO	Segunda 11	Terça 12	Quarta 13	Quinta 14	Sexta 15
PARCIAL 10:00HS	Risoto de frango (com 1 tipo de legume + legume) + salada + fruta	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Vitamina de frutas + biscoito doce	Arroz + feijão + carne ao molho + salada	Arroz + feijão + carne moida ao molho + polenta + salada
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	#REF!	#REF!	Suco de abacaxi + biscoito salgado + fruta	Café com leite + pão fatiado com creme vegetal + fruta	#REF!
SERVIÇO	Segunda 18	Terça 19	Quarta 20	Quinta 21	Sexta 22
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão + carne de frango desfiadada com cebola + tomate + salada + fruta	Arroz + feijão + carne ao molho + salada	Arroz + feijão+ omelete com ervilhas partida + salada	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa (desossada) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	#REF!	#REF!	Suco de abacaxi natural + biscoito salgado	#REF!	#REF!
SERVIÇO	Segunda 25	Terça 26	Quarta 27	Quinta 28	Sexta 29
PARCIAL 10:00HS	Arroz integral + feijão + omelete, salada + fruta	Macarrão parafuso + carne moida ao molho, salada + fruta + suco integral	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + barreado + farinha + salada + fruta	Pão com frango desfiado com molho (cenoura + alface) + Bolo simples e suco
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Leite com fruta + biscoito integral + fruta	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio - Escolas Parciais - Especial (SEM OVO E SEM LACTOSE)

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta 1
15:00HS					Leite de soja com cereal de milho sem açúcar + banana picada
SERVIÇO	**Segunda 4**	**Terça 5**	**Quarta 6**	**Quinta 7**	**Sexta 8**
15:00HS	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Leite de soja com fruta + biscoito sem ovo e sem lactose	Vitamina de frutas com leite se soja + biscoito sem ovo e sem lactose
SERVIÇO	**Segunda 11**	**Terça 12**	**Quarta 13**	**Quinta 14**	**Sexta 15**
15:00HS	Iogurte sem lactose + biscoito sem ovo e sem lactose + fruta	Vitamina de frutas mista (leite de soja + fruta picada) + Biscoito sem ovo e sem lactose	Café com leite de soja + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal + queijo sem lactose + fruta	Suco de abacaxi + biscoito sem glúten + fruta	Suco + sanduiche de pão sem ovo e sem lactose + queijo sem lactose + cenoura + alface
SERVIÇO	**Segunda 18**	**Terça 19**	**Quarta 20**	**Quinta 21**	**Sexta 22**
15:00HS	Café com leite de soja + Biscoito sem ovo e sem lactose + fruta	Chá + pão sem glúten e sem lactose + fruta	Suco de abaxi natural + biscoito sem ovo e sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose + fruta	leite com fruta + pão sem ovo e sem lactose com doce de fruta
SERVIÇO	**Segunda 25**	**Terça 26**	**Quarta 27**	**Quinta 28**	**Sexta 29**
15:00HS	Leite de soja com fruta + Biscoito sem ovo e sem lactose + fruta	Leite de soja com cereal sem lactose + banana picada	Suco natural de abacaxi + bolo sem ovo e sem lactose + fruta	Suco integral + pão sem ovo e sem lactose com doce de fruta + fruta	Pão sem ovo e sem lactose com frango desfiado com molho (alface e cenoura) e suco integral

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio Ensino Especial (Eva Cavani e APAE)

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta 1	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30:00 - 8:30HS					Café com leite + pão com creme vegetal + queijo	KCAL: 206,83 g CHO: 38,12 g PTN: 2,25 g LIP: 2,81 g
MERENDA 10:00HS 15:00HS					Arroz feijão carne bovina ao molho com ervilhas + salada	KCAL: 556,07 g CHO: 56,19 g PTN: 37,30 g LIP: 20,11 g
SERVIÇO	**Segunda 4**	**Terça 5**	**Quarta 6**	**Quinta 7**	**Sexta 8**	**MÉDIA VALOR NUTRICIONAL**
DESJEJUM 7:30:00 - 8:30HS	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Leite com fruta + biscoito doce	Suco + bolo de fubá	KCAL: 459,74 g CHO: 67,20 g PTN: 11,05 g LIP: 16,34 g
MERENDA 10:00HS 15:00HS				Arroz + feijão + frango ao molho com legume e salada	Arroz + feijão + frango refogado com legume + salada + fruta	KCAL: 679,61 g CHO: 69,25 g PTN: 32,92 g LIP: 28,01 g
SERVIÇO	**Segunda 11**	**Terça 12**	**Quarta 13**	**Quinta 14**	**Sexta 15**	**MÉDIA VALOR NUTRICIONAL**
DESJEJUM 7:30:00 - 8:30HS	Café com leite + biscoito salgado + fruta	Vitamina de frutas + biscoito	Suco + pão de centeio com creme vegetal	Café com leite + biscoito salgado+ fruta	Chá + pão com doce de leite	KCAL: 359,13 g CHO: 58,04 g PTN: 8,34 g LIP: 8,66 g
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Macarrão com carne moída ao molho, salada + fruta suco integral	Risoto de frango (com 1 tipo de legume + legume) + salada + fruta	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + suco concentrado + fruta	arroz + feijão carioca + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	KCAL: 694,54 g CHO: 97,61 g PTN: 30,98 g LIP: 19,39 g
SERVIÇO	**Segunda 18**	**Terça 19**	**Quarta 20**	**Quinta 21**	**Sexta 22**	**MÉDIA VALOR NUTRICIONAL**
DESJEJUM 7:30:00 - 8:30HS	Leite com fruta e biscoito doce	Iogurte de morango, biscoito integral doce, fruta	Leite com cereal de milho + banana picada	Suco integral + sanduiche de pão fatiado com queijo + alface + cenoura	Suco de abacaxi + pão com creme vegetal	KCAL: 403,36 g CHO: 69,19 g PTN: 10,33 g LIP: 7,68 g
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz, feijão, quibe assado ao molho, salada	Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado + fruta	Arroz+ feijão carioca + carne de frango desfiado com cebola, tomate e fruta	Arroz + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta	KCAL: 655,30 g CHO: 70,13 g PTN: 30,87 g LIP: 32,25 g
SERVIÇO	**Segunda 25**	**Terça 26**	**Quarta 27**	**Quinta 28**	**Sexta 29**	**MÉDIA VALOR NUTRICIONAL**
DESJEJUM 7:30:00 - 8:30HS	Café com leite + pão com creme vegetal + queijo	Vitamina de frutas + biscoito	Suco de natural de abacaxi + Pão com Creme Vegetal	Suco e bolo de laranja	Pão com frango desfiado com molho (cenoura + alface) + Bolo de simples e suco	KCAL: 601,80 g CHO: 117,69 g PTN: 9,47 g LIP: 10,01 g
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Arroz integral + Feijão + Sobrecoxa (desossada) ao molho + Salada + Fruta	Arroz + feijão + barreado + farinha + fruta	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão carioca + carne moida ao molho, polenta + salada	Pão com frango desfiado com molho (cenoura + alface) + Bolo de simples e suco	KCAL: 727,10 g CHO: 90,27 g PTN: 29,42 g LIP: 27,14 g

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio Escolas (Complexo Nereu Gouvea)

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
					1
DESJEJUM					
MERENDA	0	0	0	0	Leite com fruta + biscoito doce
SERVIÇO	4	5	6	7	8
DESJEJUM					
MERENDA	0	0		Chá com leite + biscoito salgado	Vitamina de frutas e Biscoito
SERVIÇO	11	12	13	14	15
DESJEJUM		Fruta		Fruta	
MERENDA	Café com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + biscoito doce		Chá + pão com doce de leite	Iogurte de morango e biscoito integral doce
SERVIÇO	18	19	20	21	22
DESJEJUM		Fruta		Fruta	
MERENDA	Leite com fruta + pão fatiado com doce de fruta	leite com cereal de milho + banana picada		Suco + sanduiche de pão fatiado com queijo + alface + cenoura	Mingau de aveia + fruta
SERVIÇO	25	26	27	28	29
DESJEJUM		Fruta		Fruta	
MERENDA	Suco + pão de cenoura com doce de fruta	Chá com leite + biscoito integral		Vitamina de frutas e Biscoito	Pão com frango desfiado ao molho (alface + cenoura) + bolo simples e suco

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltd

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio Escolas Integrais

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

Março/2019

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
					1		
DESJEJUM					Suco + pão de centeio com creme vegetal	KCAL: 243,70 g PTN: 6,09 g	CHO: 43,42 g LIP: 0,76 g
ALMOÇO					Arroz + feijão + carne de frango desfiado + cebola + tomate + salada	KCAL: 534,71 g PTN: 27,35 g	CHO: 45,68 g LIP: 27,01 g
MERENDA					Leite com fruta + biscoito doce	KCAL: 299,57 g PTN: 9,07 g	CHO: 48,73 g LIP: 7,76 g
SERVIÇO	4	5	6	7	8	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM				Café com leite + biscoito doce	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	KCAL: 305,28 g PTN: 9,20 g	CHO: 45,80 g LIP: 8,66 g
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz + feijão + carne bovina ao molho com ervilhas	Arroz + feijão + carne moida ensopada + macarrão + salada	KCAL: 568,10 g PTN: 18,75 g	CHO: 44,43 g LIP: 16,49 g
MERENDA				Chá com leite + biscoito salgado	Vitamina de frutas e Biscoito	KCAL: 437,55 g PTN: 12,51 g	CHO: 72,53 g LIP: 11,22 g
SERVIÇO	11	12	13	14	15	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM	Leite com fruta e biscoito doce	Suco + bolo	Suco de abacaxi + Pão com creme vegetal	Vitamina de frutas e Biscoito	Suco + sanduiche de pão fatiado com queijo + alface + cenoura	KCAL: 346,33 g PTN: 7,94 g	CHO: 57,34 g LIP: 10,02 g
ALMOÇO	Macarrão com carne moida ao molho, salada + fruta + suco integral	Arroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes e salada	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Risoto de frango (com 2 tipo de legumes), salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pião de peixe + salada	KCAL: 771,76 g PTN: 32,83 g	CHO: 97,75 g LIP: 27,22 g
MERENDA	Café com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + biscoito doce	Arroz doce	Chá + pão com doce de leite	Iogurte de morango e biscoito integral doce	KCAL: 270,20 g PTN: 5,24 g	CHO: 46,02 g LIP: 6,21 g
SERVIÇO	18	19	20	21	22	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM	Iogurte de morango + biscoito integral doce + fruta	Suco + pão de milho com creme vegetal	Suco + bolo	Leite com fruta e biscoito doce	Chá + pão com doce de leite	KCAL: 325,92 g PTN: 7,65 g	CHO: 57,34 g LIP: 5,76 g
ALMOÇO	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina ao molho + polenta + salada + suco	Arroz integral, Feijão, frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão carioca + carne ao molho com cenoura e salada	Arroz, Feijão, quibe assado e salada	KCAL: 616,92 g PTN: 25,60 g	CHO: 58,31 g LIP: 22,14 g
MERENDA	Leite com fruta + pão fatiado com doce de fruta	leite com cereal de milho + banana picada	Chá com leite e biscoito salgado	Suco + sanduiche de pão fatiado com queijo + alface + cenoura	Mingau de aveia + fruta	KCAL: 367,78 g PTN: 11,59 g	CHO: 55,64 g LIP: 10,72 g
SERVIÇO	25	26	27	28	29	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM	Café com leite e Biscoito salgado + fruta	Suco de abacaxi + Pão com creme vegetal	Vitamina de frutas e Biscoito	Café com leite + pão de cenoura com margarina e queijo	Pão com frango desfiado ao molho (alface + cenoura) + bolo simples e suco	KCAL: 409,52 g PTN: 10,62 g	CHO: 65,67 g LIP: 10,89 g
ALMOÇO	Arroz, feijão, barreado, farinha e fruta	Arroz + feijão + omelete + legume refogado + salada	Arroz, feijão carioca, carne moida com cheiro verve e legume, salada e fruta	Macarrão ao molho de frango + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moida ao molho + polenta + salada	KCAL: 654,86 g PTN: 29,04 g	CHO: 68,69 g LIP: 30,28 g
MERENDA	Suco + pão de cenoura com doce de fruta	Chá com leite + biscoito integral	Leite com fruta, Pão fatiado com Doce de frutas	Vitamina de frutas e Biscoito	Pão com frango desfiado ao molho (alface + cenoura) + bolo simples e suco	KCAL: 440,79 g PTN: 11,70 g	CHO: 78,86 g LIP: 8,01 g

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio Escolas Integrais (sem glúten e diet)

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
					1
DESJEJUM					Suco integral + pão sem glúten com creme vegetal
ALMOÇO					Arroz integral + feijão + carne de frango desfiado + cebola + tomate
MERENDA					Leite com fruta + biscoito sem glúten
SERVIÇO	4	5	6	7	8
DESJEJUM				Café com leite com adoçante + biscoito sem glúten	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz integral + feijão + carne bovina ao molho de ervilhas	Arroz integral + feijão + carne moida ensopada + macarrão sem glúten
MERENDA				Chá com leite + biscoito salgado sem glúten	Vitamina de frutas e biscoito sem glúten
SERVIÇO	11	12	13	14	15
DESJEJUM	Leite desnatado com fruta + biscoito sem glúten e sem açúcar	Suco + bolo sem glúten	Suco de abacaxi + pão sem glúten com creme vegetal	Vitamina de frutas (fruta + leite) e Biscoito sem glúten e sem açúcar	Suco + sanduiche de pão sem glúten com queijo + alface + cenoura
ALMOÇO	Macarrão sem glúten com carne moida ao molho, salada + fruta + suco integral	Arroz integral + feijão carioca + frango ao molho com legume e salada	Arroz integral + feijoada co cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Risoto de frango (arroz integral com 2 tipos de legume + salada + fruta	Arroz integral + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
MERENDA	Café com leite + biscoito sem glúten	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Arroz doce	Chá + pão sem glúten com doce de leite	Iogurte de morango diet, biscoito sem glúten e sem açúcar
SERVIÇO	18	19	20	21	22
DESJEJUM	Iogurte de morango diet + biscoito sem glúten + fruta	Suco + pão sem glúten com creme vegetal	Suco integral + bolo diet sem glúten	Leite desnatado com fruta + biscoito sem glúten e sem açúcar	Chá + pão sem glúten com doce de fruta diet
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina ao molho + polenta + salada + suco	Arroz integral + feijão + frango refogado + salada + suco	Arroz integral + feijão carioca + carne a molho com cenoura	Arroz integral + quibe assado + salada
MERENDA	Leite desnatado com fruta + pão fatiado com doce de fruta	Leite com cereal de milho sem glúten e sem açúcar com banana picada	Chá com leite + biscoito sem glúten e sem açúcar	Suco + sanduiche de pão sem glúten com queijo + alface + cenoura	Mingau de aveia sem glúten com adoçante + fruta
SERVIÇO	25	26	27	28	29
DESJEJUM	Café com leite com adoçante e Biscoito sem glúten e sem açúcar + fruta	Suco de abacaxi com adoçante + pão sem glúten com creme vegetal	Vitamina de frutas (fruta + leite) e Biscoito sem glúten e sem açúcar	Café com leite desnatado e adoçante + pão integral com margarina e queijo	Pão sem glúten com frango desfiado ao molho (alface e cenboura) + bolo sem glúten + suco integral
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + barreado + farinha + fruta	Arroz integral + feijão + omelete + legume refogado + salada	Arroz integral + feijão carioca + carne moida com cheiro verde e legume + salada + fruta	Macarrão ao molho de frango + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne moida ao molho + salada
MERENDA	Suco integral + pão sem glúten com doce de fruta diet	Chá com leite + biscoito sem glúten	Leite desnatado com futa, Pão sem glúten com Doce de frutas diet	Vitamina de frutas (fruta + leite) e Biscoito sem glúten e sem açúcar	Pão sem glúten com frango desfiado ao molho (alface e cenboura) + bolo sem glúten + suco integral

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio Escolas Integrais (sem glúten)

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
					1
DESJEJUM					Suco + pão sem glúten com creme vegetal
ALMOÇO					Arroz + feijão + carne de frango desfiado + cebola + tomate + salada
MERENDA					Leite com fruta + biscoito sem glúten
SERVIÇO	4	5	6	7	8
DESJEJUM				Café com leite com adoçante + biscoito sem glúten	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz + feijão + carne bovina ao molho com ervilhas	Arroz + feijão + carne moida ensopada + macarrão + salada
MERENDA				Chá com leite + biscoito salgado sem glúten	Vitamina de frutas e biscoito sem glúten
SERVIÇO	11	12	13	14	15
DESJEJUM	Leite com fruta + biscoito sem glúten e sem açúcar	Suco + bolo sem glúten	Suco de abacaxi + pão sem glúten com creme vegetal	Vitamina de frutas (fruta + leite) e Biscoito sem glúten e sem açúcar	Suco + sanduiche de pão sem glúten com queijo + alface + cenoura
ALMOÇO	Macarrão sem glúten com carne moida ao molho, salada + fruta + suco	Arroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes e salada	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Risoto de frango (com 2 tipo de legumes), salada + fruta	Arroz integral + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
MERENDA	Café com leite + biscoito sem glúten	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Arroz doce	Chá + pão sem glúten com doce de leite	Iogurte de morango, biscoito sem glúten
SERVIÇO	18	19	20	21	22
DESJEJUM	Iogurte de morango + biscoito sem glúten + fruta	Suco + pão sem glúten com creme vegetal	Suco + bolo diet sem glúten	Leite com fruta + biscoito sem glúten e sem açúcar	Chá + pão sem glúten com doce de fruta diet
ALMOÇO	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina ao molho + polenta + salada + suco	Arroz integral, Feijão, frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão carioca + carne ao molho com cenoura e salada	Arroz, Feijão, quibe assado e salada
MERENDA	Leite desnatado com fruta + biscoito sem glúten e sem açúcar	Leite com cereal de milho sem glúten e sem açúcar com banana picada	Chá com leite + biscoito sem glúten	Suco + sanduiche de pão sem glúten com queijo + alface + cenoura	Mingau de aveia sem glúten
SERVIÇO	25	26	27	28	29
DESJEJUM	Café com leite e Biscoito sem glúten + fruta	Suco de abacaxi + pão sem glúten com creme vegetal	Vitamina de frutas (fruta + leite) e Biscoito sem glúten	Café com leite + pão integral com margarina e queijo	Pão sem glúten com frango desfiado ao molho (alface e cenboura) + bolo sem glúten + suco
ALMOÇO	Arroz + feijão + barreado + farinha + fruta	Arroz + feijão + omelete + legume refogado + fruta	Arroz + feijão carioca + carne moida com cheiro verde e legume + salada + fruta	Macrrão ao molho de frango + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moida ao molho + salada
MERENDA	Suco + pão sem glúten com doce de fruta	Chá com leite + biscoito sem glúten	Leite com futa, Pão sem glúten com Doce de frutas	Vitamina de frutas (fruta + leite) e Biscoito sem glúten	Pão sem glúten com frango desfiado ao molho (alface e cenboura) + bolo sem glúten + suco

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio- Escolas Integrais - Diabetes
Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
					1
DESJEJUM					Suco integral + pão integralcom creme vegetal
ALMOÇO					Arroz integral + feijão + carne de frango desfiado + cebola + tomate
MERENDA					Leite desnatado com fruta + biscoito integral
SERVIÇO	4	5	6	7	8
DESJEJUM				Café com leite desnatado com adoçante + biscoito integral	Leite desnatado com cereal de milho sem açúcar + banana picada
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz integral + feijão + carne bovina ao molho de ervilhas	Arroz integral + feijão + carne moida ensopada + macarrão sem glúten
MERENDA				Chá com leite desnatado + biscoito salgado	Vitamina de frutas e biscoito integral
SERVIÇO	11	12	13	14	15
DESJEJUM	Leite desnatado com fruta + biscoito integral e sem açúcar	Suco integral + bolo diet	Suco de abacaxi + pão integral com creme vegetal	Vitamina de frutas (fruta + leite) e Biscoito integral	Suco + integral + sanduiche de pão sem glúten com queijo + alface + cenoura
ALMOÇO	Macarrão integral com carne moida ao molho, salada + fruta + suco integral	Arroz integral + feijão carioca + frango ao molho com legume e salada	Arroz integral + feijoada co cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Risoto de frango (arroz integral com 2 tipos de legume + salada + fruta	Arroz integral + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
MERENDA	Café com leite desnatado + biscoito integral	Leite desnatado com fruta + biscoito integral	Arroz doce com leite desnatado e adoçante	Chá + pão integral com doce de fruta diet	Iogurte de morango diet, biscoito integral
SERVIÇO	18	19	20	21	22
DESJEJUM	Iogurte de morango diet + biscoito integral + fruta	Suco integral + pão integral com creme vegetal	Suco integral + bolo diet sem glúten	Leite desnatado com fruta + biscoito integral	Chá com adoçante + pão integral com doce de fruta diet
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina ao molho + polenta + salada + suco	Arroz integral + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz integral + feijão carioca + carne a molho com cenoura	Arroz integral + quibe assado + salada
MERENDA	Leite desnatado com fruta + pão fatiado com doce de frutas	Leite com cereal de milho sem açúcar com banana picada	Chá com leite desnatado + biscoito integral	Suco + sanduiche de pão integral com queijo + alface + cenoura	Mingau de aveia sem glúten com adoçante + fruta
SERVIÇO	25	26	27	28	29
DESJEJUM	Café com leite com adoçante e Biscoito integral e sem açúcar	Suco de abacax com adoçante + pão integral com creme vegetal	Vitamina de frutas (fruta + leite) e Biscoito integral	Café com leite desnatado e adoçante + pão integral com margarina e queijo	Pão integral com frango desfiado ao molho (alface e cenboura) + bolo diet + suco integral
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + barreado + farinha + fruta	Arroz integral + feijão + omelete + legume refogado + salada	Arroz integral + feijão carioca + carne moida com cheiro verde e legume + salada + fruta	Macarrão integral ao molho de frango + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne moida ao molho + salada
MERENDA	Suco integral + pão integral com doce de fruta diet	Chá com leite desnatado e adoçante + biscoito integral	Leite desnatado com futa, Pão integral com Doce de frutas diet	Vitamina de frutas (fruta + leite) e Biscoito integral	Pão integral com frango desfiado ao molho (alface e cenboura) + bolo diet + suco integral

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio- Escolas Integrais- sem glúten e lactose

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
					1
DESJEJUM					Suco + pão sem glúten e lactose com creme vegetal sem lactose
ALMOÇO					Arroz + feijão + carne de frango desfiado + cebola + tomate + salada
MERENDA					Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose
SERVIÇO	4	5	6	7	8
DESJEJUM				Café com leite de soja com adoçante + biscoito sem glúten e sem lactose	Leite de soja com cereal de milho sem açúcar + banana picada
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz + feijão + carne bovina ao molho com ervilhas	Arroz + feijão + carne moida ensopada + macarrão + salada
MERENDA				Chá com leite sem lactose + biscoito salgado sem glúten e sem lactose	Vitamina de frutas (sel m lactose) e biscoito sem glúten e sem lactose
SERVIÇO	11	12	13	14	15
DESJEJUM	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose	Suco + bolo sem glúten e sem lactose	Suco de abacaxi + pão sem glúten e sem lactose com creme vegetal sem lactose	Vitamina de frutas (fruta + leite de soja) e Biscoito sem glúten e sem lactose	Suco + sanduiche de pão sem glúten e sem lactose com queijo sem lactose + alface + cenoura
ALMOÇO	Macarrão sem glúten com carne moida ao molho, salada + fruta + suco	Arroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes e salada	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Risoto de frango (com 2 tipo de legumes), salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pião de peixe + salada
MERENDA	Café com leite sem lactose + biscoito sem glúten e sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose	Arroz doce	Chá + pão sem glúten e sem lactose com doce de fruta	Iogurte sem lactose, biscoito sem glúten e sem lactose
SERVIÇO	18	19	20	21	22
DESJEJUM	Iogurte sem lactose + biscoito sem glúten + fruta	Suco + pão sem glúten e sem lactose com creme vegetal sem lactose	Suco + bolo sem glúten e sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose	Chá + pão sem glúten e sem lactose com doce de fruta diet
ALMOÇO	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina ao molho + polenta + salada + suco	Arroz integral, Feijão, frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão carioca + carne ao molho com cenoura e salada	Arroz, Feijão, quibe assado e salada
MERENDA	Leite de soja com fruta + pão fatiado com doce de fruta	Leite de soja com cereal de milho sem glúten e sem açúcar com banana picada	Chá com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Suco + sanduiche de pão sem glúten e sem lactose com queijo sem lactose + alface + cenoura	Mingau de aveia sem glúten e com leite de soja
SERVIÇO	25	26	27	28	29
DESJEJUM	Café com leite de soja e Biscoito sem glúten e sem lactose + fruta	Suco de abacaxi + pão sem glúten e sem lactose com creme vegetal sem lactose	Vitamina de frutas (fruta + leite de soja) e Biscoito sem glúten e sem lactose	Café com leite de soja + pão integral com margarina sem lactose e queijo sem lactose	Pão sem glúten e sem lactose com frango desfiado ao molho (alface e cenboura) + bolo sem glúten e sem lactose + suco
ALMOÇO	Arroz + feijão + barreado + farinha + fruta	Arroz + feijão + omelete + legume refogado + salada	Arroz + feijão carioca + carne moida com cheiro verde e legume + salada + fruta	Macarrão sem glúten ao molho de frango + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moida ao molho + salada
MERENDA	Suco + pão sem glúten e sem lactose com doce de fruta	Chá com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Leite de soja com futa, Pão sem glúten e sem lactose com Doce de frutas	Vitamina de frutas (fruta + leite de soja) e Biscoito sem glúten e sem lactose	Pão sem glúten e sem lactose com frango desfiado ao molho (alface e cenboura) + bolo sem glúten e sem lactose + suco

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltd

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio- Escolas Integrais- sem lactose

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
					1
DESJEJUM					Suco + pão sem lactose com creme vegetal sem lactose
ALMOÇO					Arroz + feijão + carne de frango desfiado + cebola + tomate + salada
MERENDA					Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose
5	4	5	6	7	8
DESJEJUM				Café com leite de soja com adoçante + biscoito sem lactose	Leite de soja com cereal de milho sem açúcar + banana picada
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz + feijão + carne bovina ao molho com ervilhas	Arroz + feijão + carne moida ensopada + macarrão + salada
MERENDA				Chá com leite sem lactose + biscoito salgado sem lactose	Vitamina de frutas (sem lactose) e biscoito sem lactose
SERVIÇO	11	12	13	14	15
DESJEJUM	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Suco + sem lactose	Suco de abacaxi + pão sem lactose com creme vegetal sem lactose	Vitamina de frutas (fruta + leite de soja) e Biscoito sem lactose	Suco + sanduiche de pão sem lactose com queijo sem lactose + alface + cenoura
ALMOÇO	Macarrão com carne moida ao molho, salada + fruta + suco	Arroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes e salada	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Risoto de frango (com 2 tipo de legumes), salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pião de peixe + salada
MERENDA	Café com leite sem lactose + biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Arroz doce com leite de soja	Chá + pão sem lactose com doce de fruta	Iogurte sem lactose, biscoito sem lactose
SERVIÇO	18	19	20	21	22
DESJEJUM	Iogurte sem lactose + biscoito sem lactose + fruta	Suco + pão sem lactose com creme vegetal sem lactose	Suco + bolo sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Chá + pão sem lactose com doce de fruta
ALMOÇO	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina ao molho + polenta + salada + suco	Arroz integral, Feijão, frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão carioca + carne ao molho com cenoura e salada	Arroz, Feijão, quibe assado e salada
MERENDA	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Leite de soja com cereal de milho sem açúcar com banana picada	Chá com leite de soja + biscoito sem lactose	Suco + sanduiche de pão sem lactose com queijo sem lactose + alface + cenoura	Mingau de aveia com leite de soja
SERVIÇO	25	26	27	28	29
DESJEJUM	Café com leite de soja e Biscoito sem lactose + fruta	Suco de abacaxi + pão sem lactose com creme vegetal sem lactose	Vitamina de frutas (fruta + leite de soja) e Biscoito sem lactose	Café com leite de soja + pão sem lactose com margarina sem lactose e queijo sem lactose	Pão sem lactose com frango desfiado ao molho (alface e cenoura) + bolo sem lactose + suco
ALMOÇO	Arroz + feijão + barreado + farinha + fruta	Arroz + feijão + omelete + legume refogado + salada	Arroz + feijão carioca + carne moida com cheiro verde e legume + salada + fruta	Macrrão ao molho de frango + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moida ao molho + salada
MERENDA	Suco + pão sem lactose com doce de fruta	Chá com leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com futa, Pão sem sem lactose com Doce de frutas	Vitamina de frutas (fruta + leite de soja) e Biscoito sem lactose	Pão sem lactose com frango desfiado ao molho (alface e cenoura) + bolo sem lactose + suco

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltd

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ
Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio - EJA
Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

Segunda	Terça	Quarta	Quinta 1	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
			Arroz + feijão + barreado + farinha + fruta	**KCAL:** 918,79 g **CHO:** 120,31 g **PTN:** 37,72 g **LIP:** 35,36 g
Segunda 4	**Terça 5**	**Quarta 6**	**Quinta 7**	**MÉDIA VALOR NUTRICIONAL**
RECESSO	FERIADO	CINZAS	Arroz + feijão + carne moida + polenta + salada + suco	**KCAL:** 707,01 g **CHO:** 88,49 g **PTN:** 37,91 g **LIP:** 22,73 g
Segunda 11	**Terça 12**	**Quarta 13**	**Quinta 14**	**MÉDIA VALOR NUTRICIONAL**
Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada + fruta	Arroz + feijão carioca + cerne de frango desfiada (peito) com cebola + tomate + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe	Macarrão parafuso + frango ao molho + salada + fruta	**KCAL:** 934,49 g **CHO:** 97,89 g **PTN:** 41,24 g **LIP:** 42,36 g
Segunda 18	**Terça 19**	**Quarta 20**	**Quinta 21**	**MÉDIA VALOR NUTRICIONAL**
Arroz, feijão carioca, sobrecoxa (desossada) ao molho com legumes, salada + fruta	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz , feijão, omelete, legume refogado	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha + fruta	**KCAL:** 702,67 g **CHO:** 88,32 g **PTN:** 32,58 g **LIP:** 32,58 g
Segunda 25	**Terça 26**	**Quarta 27**	**Quinta 28**	**MÉDIA VALOR NUTRICIONAL**
Macarrão parafuso , carne moida ao molho, salada + fruta	Arroz integral+ feijão + quibe assado + salada	Rrisoto de frango (com 1 tipo de legume + legume) salada e fruta	Pão com frango desfiado ao molho (alface + cenoura) + Bolo simples e suco	**KCAL:** 653,73 g **CHO:** 93,56 g **PTN:** 26,63 g **LIP:** 23,31 g

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio- APAE - Dieta Pastosa

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
					1
MERENDA					Papinha frango (com batata inglesa, chuchu, cenoura e abobrinha)
SERVIÇO	4	5	6	7	8
MERENDA	RECESSO	FERIADO	CINZAS	Papinha (Carne + Batata Inglesa e Abóbora + Caldo de Feijão)	Papinha (Frango + Mandioca + Cenoura + Abobora + Caldo de Feijão)
SERVIÇO	11	12	13	14	15
MERENDA	Sopa (Carne + Macarrão + Batata + Abóbora + Chuchu)	Papinha frango (com batata inglesa, chuchu, cenoura e abobrinha)	Sopa (Carne + Macarrão + Batata + Abóbora + Chuchu)	Papinha frango (com batata inglesa, chuchu, cenoura e abobrinha)	Sopa (Frango + Mandioca + Beterraba + Abobrinha)
SERVIÇO	18	19	20	21	22
MERENDA	Papinha (Frango + Batata + Chuchu + Cenoura + Abobrinha)	Sopa (Frango + Mandioca + Beterraba + Abobrinha)	Sopa (Carne + Macarrão + Batata + Abóbora + Chuchu)	Papinha (Carne + Batata Inglesa e Abóbora + Caldo de Feijão)	Papinha (Frango + Mandioca + Cenoura + Abobora + Caldo de Feijão)
SERVIÇO	25	26	27	28	29
MERENDA	Sopa (Carne + Macarrão + Batata + Abóbora + Chuchu)	Papinha (Frango + Mandioca + Cenoura + Abobora + Caldo de Feijão)	Papinha (Carne + Batata Inglesa e Abóbora + Caldo de Feijão)	Papinha (Frango + Mandioca + Cenoura + Abobora + Caldo de Feijão)	Sopa (Frango + Mandioca + Beterraba + Abobrinha)

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
3 vezes por semana, servir frutas diferentes (conforme a safra)

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltd

MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio Escolas Integrais (FENIL)

Março/2019

Risotolândia
Serviços Inteligentes de Alimentação

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
					1
MERENDA					Leite de arroz+ banana
SERVIÇO	4	5	6	7	8
MERENDA	RECESSO	FERIADO	CINCAS	Café preto + biscoito fenil	Chá + tapioca com margarina sem leite
SERVIÇO	11	12	13	14	15
MERENDA	Chá + tapioca com margarina sem leite	Café preto + biscoito fenil	Leite especial com Xuky de baunilha com biscoito fenil + maçã	Leite de arroz+ banana	Leite especial com Xuky de baunilha com biscoito fenil + maçã
SERVIÇO	18	19	20	21	22
MERENDA	Chá + tapioca com margarina sem leite	Leite de arroz + mamão	Suco de limão (pão francês fenil com margarina sem leite)	Suco de limão (pão francês fenil com margarina sem leite)	Chá + tapioca com margarina sem leite
SERVIÇO	25	26	27	28	29
MERENDA	Leite especial com Xuky de morango	Café preto + biscoito fenil	Suco de maracujá (pão francês fenil com margarina sem leite)	Leite de arroz+ banana	Suco de maragujá com pão francês fenil + salsicha fenil

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina
CRN 8ª REGIÃO Nº 8302
Coordenadora Operacional
Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda