



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CMEI/CEI - BERÇÁRIOS (6 A 7 MESES)

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Fórmula + biscoito salgado	Fórmula + fruta	KCAL: 329,66 g PTN: 6,64 g	CHO: 45,76 g LIP: 13,90 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs				Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	KCAL: 138,66 g PTN: 9,16 g	CHO: 9,16 g LIP: 6,94 g
MERENDA 14:00- 14:30hs				Fórmula + cereal	Fórmula + biscoito doce	KCAL: 352,12 g PTN: 7,24 g	CHO: 49,74 g LIP: 13,85 g
JANTAR 16:30- 17:00hs				Papinha de frango (frango + mandioca+ cenoura + caldo de feijão)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	KCAL: 143,59 g PTN: 17,46 g	CHO: 23,12 g LIP: 18,74 g
SERVIÇO	5	6	7	8	9	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito doce	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito salgado integral	KCAL: 301,54 g PTN: 6,11 g	CHO: 42,12 g LIP: 12,33 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha)	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	KCAL: 141,20 g PTN: 12,19 g	CHO: 15,01 g LIP: 7,19 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + biscoito doce integral	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + cereal	Fórmula + cereal	KCAL: 335,62 g PTN: 6,99 g	CHO: 48,64 g LIP: 12,12 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Papinha de frango (frango + mandioca+ cenoura + caldo de feijão)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	KCAL: 222,34 g PTN: 14,10 g	CHO: 23,61 g LIP: 16,68 g
SERVIÇO	12	13	14	15	16	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + biscoito salgado	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito doce integral	Fórmula + fruta	KCAL: 301,54 g PTN: 6,11 g	CHO: 42,12 g LIP: 12,33 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	KCAL: 141,20 g PTN: 12,19 g	CHO: 15,01 g LIP: 7,29 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito doce	KCAL: 319,41 g PTN: 6,63 g	CHO: 44,97 g LIP: 12,82 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	Papinha de frango (frango + mandioca+ cenoura + caldo de feijão)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	KCAL: 201,18 g PTN: 11,57 g	CHO: 16,83 g LIP: 11,35 g
SERVIÇO	19	20	21	22	23	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + biscoito doce	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito salgado integral	Fórmula + fruta	Fórmula + cereal	KCAL: 301,54 g PTN: 6,11 g	CHO: 42,12 g LIP: 12,33 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha)	KCAL: 131,56 g PTN: 12,92 g	CHO: 19,50 g LIP: 7,25 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + cereal	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + cereal	Fórmula + biscoito doce integral	KCAL: 335,62 g PTN: 6,99 g	CHO: 48,64 g LIP: 12,79 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Papinha de frango (frango + mandioca+ cenoura + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	KCAL: 215,94 g PTN: 14,04 g	CHO: 23,21 g LIP: 16,69 g
SERVIÇO	26	27	28	29	30	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito doce integral	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito salgado	KCAL: 301,54 g PTN: 6,11 g	CHO: 42,12 g LIP: 12,33 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	KCAL: 140,62 g PTN: 11,33 g	CHO: 9,80 g LIP: 7,19 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + biscoito doce	Fórmula + cereal	Fórmula + biscoito doce	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	KCAL: 340,63 g PTN: 7,00 g	CHO: 48,31 g LIP: 13,51 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + mandioca+ cenoura + caldo de feijão)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	KCAL: 210,30 g PTN: 14,47 g	CHO: 22,58 g LIP: 16,30 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)

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
				1	2		
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Fórmula + biscoito salgado	Fórmula + fruta	KCAL: 329,66 g PTN: 6,64 g	CHO: 45,76 g LIP: 13,90 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs				Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	KCAL: 138,66 g PTN: 9,16 g	CHO: 9,16 g LIP: 6,94 g
MERENDA 14:00- 14:30hs				Fórmula + cereal	Fórmula + biscoito doce	KCAL: 352,12 g PTN: 7,24 g	CHO: 49,74 g LIP: 13,85 g
JANTAR 16:30- 17:00hs				Papinha de frango (frango + mandioca+ cenoura + caldo de feijão)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	KCAL: 143,59 g PTN: 17,46 g	CHO: 23,12 g LIP: 18,74 g
SERVIÇO	5	6	7	8	9	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito doce	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito salgado integral	KCAL: 301,54 g PTN: 6,11 g	CHO: 42,12 g LIP: 12,33 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha)	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	KCAL: 141,20 g PTN: 12,19 g	CHO: 15,01 g LIP: 7,19 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + biscoito doce integral	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + cereal	Fórmula + cereal	KCAL: 335,62 g PTN: 6,99 g	CHO: 48,64 g LIP: 12,12 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Papinha de frango (frango + mandioca+ cenoura + caldo de feijão)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	KCAL: 222,34 g PTN: 14,10 g	CHO: 23,61 g LIP: 16,68 g
SERVIÇO	12	13	14	15	16	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + biscoito salgado	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito doce integral	Fórmula + fruta	KCAL: 301,51 g PTN: 6,11 g	CHO: 42,12 g LIP: 12,33 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	KCAL: 141,20 g PTN: 12,19 g	CHO: 15,01 g LIP: 7,29 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito doce	KCAL: 319,41 g PTN: 6,63 g	CHO: 44,97 g LIP: 12,82 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	Papinha de frango (frango + mandioca+ cenoura + caldo de feijão)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	KCAL: 201,18 g PTN: 11,57 g	CHO: 16,83 g LIP: 11,35 g
SERVIÇO	19	20	21	22	23	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + biscoito doce	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito salgado integral	Fórmula + fruta	Fórmula + cereal	KCAL: 301,54 g PTN: 6,11 g	CHO: 42,12 g LIP: 12,33 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha)	KCAL: 131,56 g PTN: 12,92 g	CHO: 19,50 g LIP: 7,25 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + cereal	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + cereal	Fórmula + biscoito doce integral	KCAL: 335,62 g PTN: 6,99 g	CHO: 48,64 g LIP: 12,79 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Papinha de frango (frango + mandioca+ cenoura + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	KCAL: 215,94 g PTN: 14,04 g	CHO: 23,21 g LIP: 16,69 g
SERVIÇO	26	27	28	29	30	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito doce integral	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito salgado	KCAL: 301,54 g PTN: 6,11 g	CHO: 42,12 g LIP: 12,33 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	KCAL: 140,62 g PTN: 11,33 g	CHO: 9,80 g LIP: 7,19 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + biscoito doce	Fórmula + cereal	Fórmula + biscoito doce	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	KCAL: 340,63 g PTN: 7,00 g	CHO: 48,31 g LIP: 13,51 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + mandioca+ cenoura + caldo de feijão)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	KCAL: 210,30 g PTN: 14,47 g	CHO: 22,58 g LIP: 16,30 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 PARANAGUA

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CMEI/CEI - BERÇÁRIOS (13 MESES A 23 MESES)

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta 1	Sexta 2	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Leite com café + pão fatiado + queijo	Leite com fruta + pão + creme vegetal	KCAL: 278,09 g	CHO: 31,52 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs				Arroz + feijão + carne ao molho com legume	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe	PTN: 11,08 g	LIP: 11,07 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs				Leite + fruta + farinha láctea + biscoito doce integral	Leite com cereal infantil + biscoito doce integral + fruta	KCAL: 342,99 g	CHO: 46,74 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs				Macarrão + carne moída + salada + suco natural	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	PTN: 20,53 g	LIP: 8,43 g
						KCAL: 389,12 g	CHO: 67,56 g
						PTN: 9,84 g	LIP: 8,17 g
						KCAL: 373,39 g	CHO: 47,32 g
						PTN: 18,20 g	LIP: 13,05 g
SERVIÇO	5	6	7	8	9	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Leite com fruta + pão + creme vegetal	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão + creme vegetal	Leite com fruta + farinha láctea + biscoito doce integral	Leite com café + pão fatiado + queijo	KCAL: 265,76 g	CHO: 36,32 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + carne ao molho com legume	Arroz + feijão + frango ao molho com legume + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata	PTN: 8,58 g	LIP: 8,31 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Leite com café + pão fatiado + doce de fruta	Leite + fruta + farinha láctea + biscoito doce integral	Leite com café + pão fatiado + doce de fruta	Leite com fruta + pão + creme vegetal	Leite com cereal infantil + biscoito doce integral + fruta	KCAL: 297,96 g	CHO: 36,36 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Polenta + carne moída ao molho	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada	PTN: 16,91 g	LIP: 9,54 g
						KCAL: 279,91 g	CHO: 45,14 g
						PTN: 8,11 g	LIP: 6,43 g
						KCAL: 325,06 g	CHO: 58,87 g
						PTN: 18,36 g	LIP: 11,25 g
SERVIÇO	12	13	14	15	16	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Leite + fruta + farinha láctea + biscoito doce integral	Leite com cereal infantil + biscoito doce integral	Leite com café + pão fatiado + queijo	Leite com fruta + pão + creme vegetal	Leite + fruta + farinha láctea + biscoito doce integral	KCAL: 301,75 g	CHO: 41,37 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + frango ao molho com legume + salada	Arroz + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	PTN: 10,03 g	LIP: 9,19 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Chá com leite + biscoito doce integral	Leite com café + pão fatiado + doce de fruta	Leite com fruta + pão + creme vegetal	Chá com leite + biscoito doce integral	Leite com fruta + pão + creme vegetal	KCAL: 337,08 g	CHO: 40,99 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Macarrão + carne moída + salada + suco natural	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada	Purê de batata + carne moída ao molho	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	PTN: 18,81 g	LIP: 10,90 g
						KCAL: 214,12 g	CHO: 33,52 g
						PTN: 5,62 g	LIP: 4,44 g
						KCAL: 385,06 g	CHO: 64,63 g
						PTN: 20,13 g	LIP: 13,22 g
SERVIÇO	19	20	21	22	23	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Leite com cereal infantil + biscoito doce integral	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão + creme vegetal	Leite com café + pão + creme vegetal	Pão + frango desfiado ao molho com cenoura e alface + bolo de fubá + suco	KCAL: 273,38 g	CHO: 37,89 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada	Arroz + feijão + carne ao molho com legume	Arroz + lentilha + carne moída ensopada + salada	Arroz + feijão + frango ao molho com legume + salada	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata	PTN: 9,19 g	LIP: 8,65 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Chá com leite + biscoito salgado integral	Leite + fruta + farinha láctea + biscoito doce integral	Leite com cereal infantil + biscoito doce integral + fruta	Leite com café + pão fatiado + doce de fruta	Pão + frango desfiado ao molho com cenoura e alface + bolo de fubá + suco	KCAL: 287,56 g	CHO: 31,05 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)	Polenta + carne moída ao molho	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	PTN: 15,66 g	LIP: 11,43 g
						KCAL: 345,96 g	CHO: 57,56 g
						PTN: 9,62 g	LIP: 7,58 g
						KCAL: 301,24 g	CHO: 55,18 g
						PTN: 17,78 g	LIP: 9,76 g
SERVIÇO	26	27	28	29	30	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Leite com café + pão fatiado + queijo	Leite com fruta + pão + creme vegetal	Leite com cereal infantil + biscoito doce	Leite + fruta + farinha láctea + biscoito doce integral	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco	KCAL: 313,77 g	CHO: 44,01 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + carne ao molho com legume	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata	Macarrão + carne moída ensopada + salada	PTN: 10,47 g	LIP: 9,48 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Leite + fruta + farinha láctea + biscoito doce integral	Leite com cereal infantil + biscoito doce + fruta	Chá com leite + biscoito doce integral	Leite com fruta + pão + creme vegetal	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco	KCAL: 381,16 g	CHO: 43,01 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho + salada	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Polenta + frango ao molho + salada	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida) + salada	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	PTN: 19,13 g	LIP: 14,26 g
						KCAL: 291,51 g	CHO: 44,75 g
						PTN: 8,22 g	LIP: 7,32 g
						KCAL: 333,37 g	CHO: 57,85 g
						PTN: 18,36 g	LIP: 11,85 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 PARANAGUA

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CMEI/CEI - (2 a 5 anos)
Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
				1	2	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Suco integral + pão de centeio + creme vegetal	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	KCAL: 207,84 g PTN: 3,77 g CHO: 37,26 g LIP: 1,60 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs				Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe	KCAL: 467,21 g PTN: 21,61 g CHO: 55,75 g LIP: 17,94 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs				Café com leite + biscoito doce	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	KCAL: 240,49 g PTN: 7,66 g CHO: 40,81 g LIP: 5,47 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs				Macarrão + carne moída + suco em polpa	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	KCAL: 331,17 g PTN: 14,31 g CHO: 38,01 g LIP: 13,44 g
SERVIÇO	5	6	7	8	9	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + pão + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	Café com leite + biscoito doce	Suco integral + pão de milho + creme vegetal	Café com leite + biscoito salgado + fruta	KCAL: 256,70 g PTN: 6,83 g CHO: 37,02 g LIP: 6,24 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata	KCAL: 562,04 g PTN: 24,10 g CHO: 61,88 g LIP: 23,94 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	logurte de morango + biscoito doce integral	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Mingau de aveia + fruta	KCAL: 426,00 g PTN: 11,00 g CHO: 78,46 g LIP: 7,77 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Polenta + carne moída ao molho	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada	KCAL: 375,14 g PTN: 16,69 g CHO: 73,97 g LIP: 13,85 g
SERVIÇO	12	13	14	15	16	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + biscoito salgado	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Café com leite + biscoito salgado	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Suco em polpa + bolo de laranja	KCAL: 346,29 g PTN: 7,55 g CHO: 55,32 g LIP: 9,99 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	KCAL: 434,64 g PTN: 16,41 g CHO: 47,97 g LIP: 19,59 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Suco integral + pão + doce de fruta	Leite com fruta + biscoito doce	Arroz doce	Suco integral + sanduiche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface	Leite com fruta + biscoito doce	KCAL: 461,77 g PTN: 9,39 g CHO: 85,49 g LIP: 9,04 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Macarrão + carne moída	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada	Purê de batata + carne moída ao molho	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	KCAL: 393,88 g PTN: 18,25 g CHO: 64,66 g LIP: 15,69 g
SERVIÇO	19	20	21	22	23	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sequilho	Café com leite + biscoito doce + fruta	Chá + pão + doce de leite	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Suco integral + sanduiche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface	KCAL: 278,66 g PTN: 4,29 g CHO: 54,54 g LIP: 3,89 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + lentilha + carne moída ensopada + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata	KCAL: 574,81 g PTN: 24,78 g CHO: 58,80 g LIP: 26,39 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Café com leite + biscoito salgado	Mingau de chocolate + fruta	Leite com fruta + biscoito doce	KCAL: 364,87 g PTN: 7,89 g CHO: 65,11 g LIP: 8,23 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)	Polenta + carne moída ao molho	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	KCAL: 334,40 g PTN: 16,69 g CHO: 69,00 g LIP: 11,37 g
SERVIÇO	26	27	28	29	30	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão de centeio + creme vegetal	Café com leite + biscoito salgado + fruta	Chá + pão + doce de leite	logurte de morango + biscoito doce integral + fruta	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa	KCAL: 399,97 g PTN: 8,65 g CHO: 77,44 g LIP: 4,58 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata	Macarrão + carne moída ensopada + salada	KCAL: 551,24 g PTN: 26,63 g CHO: 58,83 g LIP: 24,06 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Canjica	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Café com leite + pão fatiado + creme vegetal + queijo	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa	KCAL: 388,43 g PTN: 11,52 g CHO: 61,08 g LIP: 10,18 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão + carne moída + suco em polpa	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)	KCAL: 389,45 g PTN: 18,81 g CHO: 64,40 g LIP: 15,06 g

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUA

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CMEI/CEI - (2 a 5 anos) - Awaji

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
				1	2
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Suco integral + pão de centeio + creme vegetal	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs				Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs				Café com leite + biscoito doce	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta
JANTAR 16:30- 17:00hs				Macarrão + carne moída + suco em polpa	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	5	6	7	8	9
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + pão + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	Café com leite + biscoito doce	Suco integral + pão de milho + creme vegetal	Café com leite + biscoito salgado + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	logurte de morango + biscoito doce integral	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Mingau de aveia + fruta
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Polenta + carne moída ao molho	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada
SERVIÇO	12	13	14	15	16
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + biscoito salgado	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Café com leite + biscoito salgado	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Suco em polpa + bolo de laranja
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + pão + doce de fruta	Leite com fruta + biscoito doce	Arroz doce	Suco integral + sanduiche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface	Leite com fruta + biscoito doce
JANTAR 16:30- 17:00hs	Macarrão + carne moída	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada	Purê de batata + carne moída ao molho	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	19	20	21	22	23
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sequilho	Café com leite + biscoito doce + fruta	Chá + pão + doce de leite	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Suco integral + sanduiche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + lentilha + carne moída ensopada + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Café com leite + biscoito salgado	Mingau de chocolate + fruta	Leite com fruta + biscoito doce
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)	Polenta + carne moída ao molho	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)
SERVIÇO	26	27	28	29	30
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão de centeio + creme vegetal	Café com leite + biscoito salgado + fruta	Chá + pão + doce de leite	logurte de morango + biscoito doce integral + fruta	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata	Macarrão + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Canjica	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Café com leite + pão fatiado + creme vegetal + queijo	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa
JANTAR 16:30- 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão + carne moída + suco em polpa	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CMEI/CEI- (2 a 5 anos) - Arcelina

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
				1	2
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Suco integral + pão de centeio + creme vegetal	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs				Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe
MERENDA 14:00/ 15:00hs				Café com leite + biscoito doce	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta
SERVIÇO	5	6	7	8	9
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + pão + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	Café com leite + biscoito doce	Suco integral + pão de milho + creme vegetal	Café com leite + biscoito salgado + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Mingau de aveia + fruta
SERVIÇO	12	13	14	15	16
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + biscoito salgado	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Café com leite + biscoito salgado	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Suco em polpa + bolo de laranja
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Suco integral + pão + doce de fruta	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Arroz doce	Suco integral + sanduiche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface	Leite com fruta + biscoito doce
SERVIÇO	19	20	21	22	23
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sequilho	Café com leite + biscoito doce + fruta	Chá + pão + doce de leite	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Suco integral + sanduiche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + lentilha + carne moída ensopada + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)	Mingau de chocolate + fruta	Leite com fruta + biscoito doce
SERVIÇO	26	27	28	29	30
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão de centeio + creme vegetal	Café com leite + biscoito salgado + fruta	Chá + pão + doce de leite	logurte de morango + biscoito doce integral + fruta	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata	Macarrão + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Canjica	Polenta + frango ao molho + salada	Café com leite + pão fatiado + creme vegetal + queijo	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CMEI/CEI- (2 a 5 anos) - Nádia

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta 1	Sexta 2
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Suco integral + pão de centeio + creme vegetal	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs				Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe
MERENDA 14:00/ 15:00hs				Macarrão + carne moída + suco em polpa	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta
SERVIÇO	5	6	7	8	9
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + pão + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	Café com leite + biscoito doce	Suco integral + pão de milho + creme vegetal	Café com leite + biscoito salgado + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Chá com leite + biscoito salgado	Polenta + carne moída ao molho	logurte de morango + biscoito doce integral	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Mingau de aveia + fruta
SERVIÇO	12	13	14	15	16
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + biscoito salgado	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Café com leite + biscoito salgado	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Suco em polpa + bolo de laranja
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Suco integral + pão + doce de fruta	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Arroz doce	Purê de batata + carne moída ao molho	Leite com fruta + biscoito doce
SERVIÇO	19	20	21	22	23
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sequilho	Café com leite + biscoito doce + fruta	Chá + pão + doce de leite	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Suco integral + sanduiche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + lentilha + carne moída ensopada + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Chá com leite + biscoito salgado	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Café com leite + biscoito salgado	Polenta + carne moída ao molho	Leite com fruta + biscoito doce
SERVIÇO	26	27	28	29	30
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão de centeio + creme vegetal	Café com leite + biscoito salgado + fruta	Chá + pão + doce de leite	logurte de morango + biscoito doce integral + fruta	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata	Macarrão + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Canjica	Polenta + frango ao molho + salada	Café com leite + pão fatiado + creme vegetal + queijo	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CMEI/CEI - (2 a 5 anos) - Awaji sem ovo e sem lactose

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
				1	2
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Suco integral + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal	Suco de abacaxi natural + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs				Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs				Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem ovo e sem lactose + doce de fruta
JANTAR 16:30- 17:00hs				Macarrão + carne moída + suco em polpa	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	5	6	7	8	9
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem ovo e sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Suco integral + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal	Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem ovo e sem lactose + doce de fruta	logurte sem lactose + biscoito sem ovo e sem lactose	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Mingau de aveia com leite de soja + fruta
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Polenta + carne moída ao molho	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada
SERVIÇO	12	13	14	15	16
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal + fruta	Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Suco em polpa + bolo sem ovo e sem lactose
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + pão sem ovo e sem lactose + doce de fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem ovo e sem lactose	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada	Suco integral + sanduiche de pão sem ovo e sem lactose + queijo sem lactose + cenoura + alface	Leite de soja com fruta + biscoito sem ovo e sem lactose
JANTAR 16:30- 17:00hs	Macarrão + carne moída	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada	Purê de batata + carne moída ao molho	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	19	20	21	22	23
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sem ovo e sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose + fruta	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal + fruta	Suco integral + sanduiche de pão sem ovo e sem lactose + queijo sem lactose + cenoura + alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + lentilha + carne moída ensopada + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem ovo e sem lactose + doce de fruta	Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Mingau de chocolate com leite de soja + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem ovo e sem lactose
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)	Polenta + carne moída ao molho	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)
SERVIÇO	26	27	28	29	30
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal	Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose + fruta	Chá + pão sem ovo e sem lactose + doce de leite	logurte sem lactose + biscoito sem ovo e sem lactose + fruta	Pão sem ovo e sem lactose + frango ao molho com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem ovo e sem lactose + suco em polpa
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Macarrão + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Canjica com leite de soja	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Café com leite de soja + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal + queijo sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem ovo e sem lactose + doce de fruta	Pão sem ovo e sem lactose + frango ao molho com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem ovo e sem lactose + suco em polpa
JANTAR 16:30- 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão + carne moída + suco em polpa	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)

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

Ligia 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 - (2 a 5 anos) - sem lactose

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
				1	2
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Suco integral + pão sem lactose + creme vegetal	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose + creme vegetal + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs				Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe
MERENDA 14:00- 14:30hs				Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem lactose + doce de fruta
JANTAR 16:30- 17:00hs				Macarrão + carne moída + suco em polpa	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	5	6	7	8	9
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + pão sem lactose + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Suco integral + pão sem lactose + creme vegetal	Café com leite de soja + biscoito sem lactose + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem lactose + doce de fruta	logurte sem lactose + biscoito sem lactose	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Mingau de aveia com leite de soja + fruta
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Polenta + carne moída ao molho	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada
SERVIÇO	12	13	14	15	16
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose + creme vegetal + fruta	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Suco em polpa + bolo sem lactose
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + pão sem lactose + doce de fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Arroz doce com leite de soja	Suco integral + sanduiche de pão sem lactose + queijo sem lactose + cenoura + alface	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose
JANTAR 16:30- 17:00hs	Macarrão + carne moída	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada	Purê de batata + carne moída ao molho	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	19	20	21	22	23
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem lactose + fruta	Chá + pão sem lactose + doce de leite	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose + creme vegetal + fruta	Suco integral + sanduiche de pão sem lactose + queijo sem lactose + cenoura + alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + lentilha + carne moída ensopada + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem lactose + doce de fruta	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Mingau de chocolate com leite de soja + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)	Polenta + carne moída ao molho	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)
SERVIÇO	26	27	28	29	30
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão sem lactose + creme vegetal	Café com leite de soja + biscoito sem lactose + fruta	Chá + pão sem lactose + doce de leite	logurte sem lactose + biscoito sem lactose + fruta	Pão sem lactose + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem lactose + suco em polpa
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata	Macarrão + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Canjica com leite de soja	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Café com leite de soja + pão sem lactose + creme vegetal + queijo sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem lactose + doce de fruta	Pão sem lactose + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem lactose + suco em polpa
JANTAR 16:30- 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão + carne moída + suco em polpa	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CMEI/CEI - (2 a 5 anos) - sem glúten

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
				1	2
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Suco integral + pão sem glúten + creme vegetal	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten + creme vegetal + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs				Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe
MERENDA 14:00- 14:30hs				Café com leite + biscoito sem glúten	Leite com fruta + pão sem glúten + doce de fruta
JANTAR 16:30- 17:00hs				Macarrão sem glúten + carne moída + suco em polpa	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	5	6	7	8	9
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + pão sem glúten + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Café com leite + biscoito sem glúten	Suco integral + pão sem glúten + creme vegetal	Café com leite + biscoito sem glúten + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite + biscoito sem glúten	Leite com fruta + pão sem glúten + doce de fruta	logurte sem glúten + biscoito sem glúten	Vitamina (3 frutas) + biscoito sem glúten	Mingau de aveia + fruta
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Polenta + carne moída ao molho	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada
SERVIÇO	12	13	14	15	16
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + biscoito sem glúten	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten + creme vegetal + fruta	Café com leite + biscoito sem glúten	Vitamina (3 frutas) + biscoito sem glúten	Suco em polpa + bolo sem glúten
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + pão sem glúten + doce de fruta	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Arroz doce	Suco integral + sanduiche de pão sem glúten + queijo + cenoura + alface	Leite com fruta + biscoito sem glúten
JANTAR 16:30- 17:00hs	Macarrão sem glúten + carne moída	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada	Purê de batata + carne moída ao molho	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	19	20	21	22	23
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sem glúten	Café com leite + biscoito sem glúten + fruta	Chá + pão sem glúten + doce de leite	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten + creme vegetal + fruta	Suco integral + sanduiche de pão sem glúten + queijo + cenoura + alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + lentilha + carne moída ensopada + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite + biscoito sem glúten	Leite com fruta + pão sem glúten + doce de fruta	Café com leite + biscoito sem glúten	Mingau de chocolate + fruta	Leite com fruta + biscoito sem glúten
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)	Polenta + carne moída ao molho	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)
SERVIÇO	26	27	28	29	30
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão sem glúten + creme vegetal	Café com leite + biscoito sem glúten + fruta	Chá + pão sem glúten + doce de leite	logurte sem glúten + biscoito sem glúten + fruta	Pão sem glúten + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem glúten + suco em polpa
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata	Macarrão sem glúten + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Canjica	Vitamina (3 frutas) + biscoito sem glúten	Café com leite + pão sem glúten + creme vegetal + queijo	Leite com fruta + pão sem glúten + doce de fruta	Pão sem glúten + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem glúten + suco em polpa
JANTAR 16:30- 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão sem glúten + carne moída + suco em polpa	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CMEI/CEI - (2 a 5 anos) - sem glúten e sem lactose

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
				1	2
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Suco integral + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs				Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe
MERENDA 14:00- 14:30hs				Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem glúten e sem lactose + doce de fruta
JANTAR 16:30- 17:00hs				Macarrão sem glúten + carne moída + suco em polpa	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	5	6	7	8	9
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Suco integral + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem glúten e sem lactose + doce de fruta	logurte sem glúten e sem lactose + biscoito sem glúten e sem lactose	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Mingau de aveia com leite de soja + fruta
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Polenta + carne moída ao molho	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada
SERVIÇO	12	13	14	15	16
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal + fruta	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Suco em polpa + bolo sem glúten e sem lactose
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + pão sem glúten e sem lactose + doce de fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose	Arroz doce com leite de soja	Suco integral + sanduiche de pão sem glúten e sem lactose + queijo sem lactose + cenoura + alface	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose
JANTAR 16:30- 17:00hs	Macarrão sem glúten + carne moída	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada	Purê de batata + carne moída ao molho	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	19	20	21	22	23
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sem glúten e sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose + fruta	Chá + pão sem glúten e sem lactose + doce de leite	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal + fruta	Suco integral + sanduiche de pão sem glúten e sem lactose + queijo sem lactose + cenoura + alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + lentilha + carne moída ensopada + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem glúten e sem lactose + doce de fruta	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Mingau de chocolate com leite de soja + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)	Polenta + carne moída ao molho	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)
SERVIÇO	26	27	28	29	30
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose + fruta	Chá + pão sem glúten e sem lactose + doce de leite	logurte sem glúten e sem lactose + biscoito sem glúten e sem lactose + fruta	Pão sem glúten e sem lactose + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem glúten e sem lactose + suco em polpa
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata	Macarrão sem glúten + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Canjica com leite de soja	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Café com leite de soja + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal + queijo	Leite de soja com fruta + pão sem glúten e sem lactose + doce de fruta	Pão sem glúten e sem lactose + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem glúten e sem lactose + suco em polpa
JANTAR 16:30- 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão sem glúten + carne moída + suco em polpa	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CMEI/CEI - (2 a 5 anos) - diet Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Suco diet + pão integral + creme vegetal	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral + creme vegetal + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs				Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz integral + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe
MERENDA 14:00- 14:30hs				Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Leite desnatado com fruta + pão integral + doce de fruta
JANTAR 16:30- 17:00hs				Macarrão integral + carne moída + suco em polpa com adoçante	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	5	6	7	8	9
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite desnatado com adoçante + pão integral + creme vegetal	Leite desnatado com fruta + biscoito salgado	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Suco diet + pão integral + creme vegetal	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz integral + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz integral + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz integral + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Leite desnatado com fruta + pão integral + doce de fruta diet	logurte de morango + biscoito salgado	Vitamina (3 frutas) com leite desnatado + biscoito salgado	Mingau de aveia com leite desnatado com adoçante + fruta
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (arroz integral + frango + cenoura + batata + 1 legume)	Polenta + carne moída ao molho	Canja (arroz integral + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Arroz carreteiro (arroz integral + carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada
SERVIÇO	12	13	14	15	16
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral + creme vegetal + fruta	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Vitamina (3 frutas) com leite desnatado + biscoito salgado	Suco em polpa com adoçante + bolo de laranja
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz integral + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz integral + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + salada	Arroz integral + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz integral + feijão + carne bovina com ervilha partida
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco diet + pão integral + doce de fruta diet	Leite desnatado com fruta + biscoito salgado	Arroz doce com leite desnatado com adoçante	Suco diet + sanduiche de pão integral + queijo + cenoura + alface	Leite desnatado com fruta + biscoito salgado
JANTAR 16:30- 17:00hs	Macarrão integral + carne moída	Arroz carreteiro (arroz integral + carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada	Purê de batata + carne moída ao molho	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	19	20	21	22	23
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco diet + biscoito salgado	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado + fruta	Chá com adoçante + pão integral + doce de fruta diet	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão + creme vegetal + fruta	Suco diet + sanduiche de pão integral + queijo + cenoura + alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz integral + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada	Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz integral + lentilha + carne moída ensopada + salada	Arroz integral + feijão + frango refogado + salada	Arroz integral + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Leite desnatado com fruta + pão integral + doce de fruta diet	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Mingau de chocolate com leite desnatado + fruta	Leite desnatado com fruta + biscoito salgado
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro (arroz integral + carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz integral + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)	Polenta + carne moída ao molho	Risoto (arroz integral + frango + cenoura + batata + 1 legume)
SERVIÇO	26	27	28	29	30
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco diet + pão integral + creme vegetal	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado + fruta	Chá com adoçante + pão integral + doce de fruta diet	logurte de morango + biscoito salgado + fruta	Pão integral + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo diet + suco em polpa com adoçante
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz integral + feijão + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz integral + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz integral + feijão quibe assado + purê de batata	Macarrão integral + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Canjica com leite desnatado com adoçante	Vitamina (3 frutas) com leite desnatado + biscoito salgado	Café com leite desnatado com adoçante + pão integral + creme vegetal + queijo	Leite desnatado com fruta + pão integral + doce de fruta diet	Pão integral + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo diet + suco em polpa com adoçante
JANTAR 16:30- 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão integral + carne moída + suco em polpa com adoçante	Arroz carreteiro (arroz integral + carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)

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

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

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

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CMEI/CEI - (2 a 5 anos) - APLV e sem ovo

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
				1	2
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs				Suco integral + pão sem leite e sem ovo + creme vegetal	Suco de abacaxi natural + pão sem leite e sem ovo + creme vegetal + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs				Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe
MERENDA 14:00- 14:30hs				Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo	Leite de soja com fruta + pão sem leite e sem ovo + doce de fruta
JANTAR 16:30- 17:00hs				Macarrão + carne moída + suco em polpa	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	5	6	7	8	9
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + pão sem leite e sem ovo + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite e sem ovo	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo	Suco integral + pão sem leite e sem ovo + creme vegetal	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo + fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite + biscoito sem leite e sem ovo	Leite com fruta + pão sem leite e sem ovo + doce de fruta	logurte de morango + biscoito sem leite e sem ovo	Vitamina (3 frutas) + biscoito sem leite e sem ovo	Mingau de aveia + fruta
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Polenta + carne moída ao molho	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada
SERVIÇO	12	13	14	15	16
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo	Suco de abacaxi natural + pão sem leite e sem ovo + creme vegetal + fruta	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo	Suco em polpa + bolo sem leite e sem ovo
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + pão sem leite e sem ovo + doce de fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite e sem ovo	Arroz doce com leite de soja	Suco integral + sanduiche de pão sem leite e sem ovo + queijo + cenoura + alface	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite e sem ovo
JANTAR 16:30- 17:00hs	Macarrão + carne moída	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Polenta + frango ao molho + salada	Purê de batata + carne moída ao molho	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	19	20	21	22	23
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sem leite e sem ovo	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo + fruta	Chá + pão sem leite e sem ovo + doce de leite	Suco de abacaxi natural + pão sem leite e sem ovo + creme vegetal + fruta	Suco integral + sanduiche de pão sem leite e sem ovo + queijo + cenoura + alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + lentilha + carne moída ensopada + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo	Leite de soja com fruta + pão sem leite e sem ovo + doce de fruta	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo	Mingau de chocolate com leite de soja + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite e sem ovo
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)	Polenta + carne moída ao molho	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)
SERVIÇO	26	27	28	29	30
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão sem leite e sem ovo + creme vegetal	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo + fruta	Chá + pão sem leite e sem ovo + doce de leite	logurte de morango + biscoito sem leite e sem ovo + fruta	Pão sem leite e sem ovo + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem leite e sem ovo + suco em polpa
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Arroz + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão quibe assado + purê de batata	Macarrão + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Canjica com leite de soja	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo	Café com leite de soja + pão sem leite e sem ovo + creme vegetal + queijo	Leite de soja com fruta + pão sem leite e sem ovo + doce de fruta	Pão sem leite e sem ovo + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem leite e sem ovo + suco em polpa
JANTAR 16:30- 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão + carne moída + suco em polpa	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de feijão (feijão + batata + carne + cenoura)

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio - Escolas Parciais Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
10:00HS 15:00HS				Arroz + feijão + omelete com ervilha	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	KCAL: 640,53 g CHO: 82,22 g PTN: 30,53 g LIP: 21,10 g
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
10:00HS 15:00HS	5 Arroz + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa + fruta	6 Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	7 Suco integral + bolo de laranja	8 Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	9 Arroz + feijão + quibe assado + salada	KCAL: 606,45 g CHO: 93,81 g PTN: 24,14 g LIP: 19,64 g
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
10:00HS 15:00HS	12 Macarrão + frango ensopado + salada + fruta	13 Leite com fruta + biscoito doce	14 Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	15 Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	16 Arroz integral + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta	KCAL: 546,64 g CHO: 75,70 g PTN: 19,45 g LIP: 19,67 g
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
10:00HS 15:00HS	19 Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	20 Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	21 Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	22 Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	23 Arroz + feijão + quibe assado + salada	KCAL: 661,55 g CHO: 83,67 g PTN: 18,56 g LIP: 19,70 g
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
10:00HS 15:00HS	26 Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral	27 Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	28 Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	29 Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	30 Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa	KCAL: 765,86 g CHO: 116,52 g PTN: 28,06 g LIP: 22,70 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
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª R
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 - diet

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2
10:00HS 15:00HS				Arroz integral + feijão + omelete com ervilha		Arroz integral + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	8	Sexta	9
10:00HS 15:00HS	Arroz integral + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa + fruta	Arroz integral + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Suco diet + bolo diet	Risoto de frango (2 legumes) com arroz integral + salada + fruta		Arroz integral + feijão + quibe assado + salada	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	15	Sexta	16
10:00HS 15:00HS	Macarrão integral + frango ensopado + salada + fruta	Leite desnatado com fruta + biscoito salgado	Arroz integral + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz integral + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta		Arroz integral + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	22	Sexta	23
10:00HS 15:00HS	Arroz integral + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Arroz integral + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Leite desnatado com cereal de milho sem açúcar + banana picada		Arroz integral + feijão + quibe assado + salada	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	29	Sexta	30
10:00HS 15:00HS	Macarrão integral + carne moída ao molho + salada + fruta + suco diet	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz integral + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz integral + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta		Pão integral + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo diet + suco em polpa com adoçante	

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
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª R
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

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2
10:00HS 15:00HS				Arroz + feijão + omelete com ervilha		Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	8	Sexta	9
10:00HS 15:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Suco integral + bolo sem lactose	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta		Arroz + feijão + quibe assado + salada	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	15	Sexta	16
10:00HS 15:00HS	Macarrão + frango ensopado + salada + fruta	Leite com fruta + biscoito doce	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta		Arroz integral + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	22	Sexta	23
10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada		Arroz + feijão + quibe assado + salada	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	29	Sexta	30
10:00HS 15:00HS	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta		Pão sem lactose + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa	

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
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª R
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

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2			
10:00HS 15:00HS				Arroz + feijão + omelete com ervilha		Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada				
SERVIÇO	Segunda	5	Terça	6	Quarta	7	Quinta	8	Sexta	9
10:00HS 15:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa + fruta		Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta		Suco integral + bolo sem glúten		Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta		Arroz + feijão + quibe assado + salada	
SERVIÇO	Segunda	12	Terça	13	Quarta	14	Quinta	15	Sexta	16
10:00HS 15:00HS	Macarrão sem glúten + frango ensopado + salada + fruta		Leite com fruta + biscoito sem glúten		Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta		Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta		Arroz integral + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta	
SERVIÇO	Segunda	19	Terça	20	Quarta	21	Quinta	22	Sexta	23
10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta		Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta		Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada		Leite com cereal de milho sem glúten+ banana picada		Arroz + feijão + quibe assado + salada	
SERVIÇO	Segunda	26	Terça	27	Quarta	28	Quinta	29	Sexta	30
10:00HS 15:00HS	Macarrão sem glúten + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral		Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta		Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta		Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta		Pão sem glúten + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem glúten + suco em polpa	

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
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª R
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 e sem lactose

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2			
10:00HS 15:00HS				Arroz + feijão + omelete com ervilha		Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada				
SERVIÇO	Segunda	5	Terça	6	Quarta	7	Quinta	8	Sexta	9
10:00HS 15:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa + fruta		Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta		Suco integral + bolo sem glúten e sem lactose		Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta		Arroz + feijão + quibe assado + salada	
SERVIÇO	Segunda	12	Terça	13	Quarta	14	Quinta	15	Sexta	16
10:00HS 15:00HS	Macarrão sem glúten + frango ensopado + salada + fruta		Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose		Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta		Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta		Arroz integral + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta	
SERVIÇO	Segunda	19	Terça	20	Quarta	21	Quinta	22	Sexta	23
10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta		Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta		Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada		Leite de soja com cereal de milho sem glúten e sem lactose + banana picada		Arroz + feijão + quibe assado + salada	
SERVIÇO	Segunda	26	Terça	27	Quarta	28	Quinta	29	Sexta	30
10:00HS 15:00HS	Macarrão sem glúten + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral		Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta		Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta		Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta		Pão sem glúten e sem lactose + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem glúten e sem lactose + suco em polpa	

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
Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª R
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

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta 1	Sexta 2	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
PARCIAL 10:00HS				Arroz + feijão + omelete com ervilha	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	KCAL: 640,53 g CHO: 82,22 g PTN: 30,53 g LIP: 21,10 g
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS				Café com leite + biscoito doce + fruta	Suco de abacaxi natural + bolo de laranja + fruta	KCAL: 502,18 g CHO: 76,14 g PTN: 7,31 g LIP: 6,66 g
SERVIÇO	Segunda 5	Terça 6	Quarta 7	Quinta 8	Sexta 9	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
PARCIAL 10:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Suco integral + bolo de laranja	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada	KCAL: 606,45 g CHO: 93,81 g PTN: 24,14 g LIP: 19,64 g
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Café com leite + biscoito salgado + fruta	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta + fruta	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Suco de abacaxi natural + biscoito salgado	Suco em polpa + sanduíche de pão fatiado com queijo e cenoura e alface	KCAL: 419,56 g CHO: 71,71 g PTN: 10,29 g LIP: 10,61 g
SERVIÇO	Segunda 12	Terça 13	Quarta 14	Quinta 15	Sexta 16	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
PARCIAL 10:00HS	Macarrão + frango ensopado + salada + fruta	Leite com fruta + biscoito doce	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta	KCAL: 546,64 g CHO: 75,70 g PTN: 19,45 g LIP: 19,67 g
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco integral + pão + doce de fruta + fruta	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Leite com fruta + biscoito doce integral	Suco de abacaxi natural + bolo de laranja + fruta	Leite com fruta + biscoito doce integral	KCAL: 433,70 g CHO: 73,08 g PTN: 9,15 g LIP: 7,56 g
SERVIÇO	Segunda 19	Terça 20	Quarta 21	Quinta 22	Sexta 23	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Arroz + feijão + quibe assado + salada	KCAL: 661,55 g CHO: 83,67 g PTN: 18,56 g LIP: 19,70 g
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco de abacaxi natural + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta + fruta	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Café com leite + pão fatiado + creme vegetal + queijo + fruta	Leite com fruta + biscoito doce integral	KCAL: 422,64 g CHO: 69,05 g PTN: 11,50 g LIP: 11,75 g
SERVIÇO	Segunda 26	Terça 27	Quarta 28	Quinta 29	Sexta 30	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
PARCIAL 10:00HS	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa	KCAL: 765,86 g CHO: 116,52 g PTN: 28,06 g LIP: 22,70 g
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Chá + pão + doce de leite + fruta	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Café com leite + biscoito doce + fruta	Suco de abacaxi natural + biscoito salgado	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa	KCAL: 489,73 g CHO: 93,16 g PTN: 9,88 g LIP: 9,36 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

Lúgia 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 glúten e sem lactose

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta 1	Sexta 2
PARCIAL 10:00HS				Arroz + feijão + omelete com ervilha	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS				Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose + fruta	Suco de abacaxi natural + bolo sem glúten e sem lactose + fruta
SERVIÇO	Segunda 5	Terça 6	Quarta 7	Quinta 8	Sexta 9
PARCIAL 10:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Suco integral + bolo de laranja	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose + fruta	Leite de soja com fruta + pão sem glúten e sem lactose + doce de fruta + fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Suco de abacaxi natural + biscoito sem glúten e sem lactose	Suco em polpa + sanduíche de pão sem glúten e sem lactose com queijo sem lactose e cenoura e alface
SERVIÇO	Segunda 12	Terça 13	Quarta 14	Quinta 15	Sexta 16
PARCIAL 10:00HS	Macarrão sem glúten + frango ensopado + salada + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco integral + pão + doce de fruta + fruta	Leite de soja com cereal de milho sem glúten e sem lactose + banana picada	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose	Suco de abacaxi natural + bolosem glúten e sem lactose + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose
SERVIÇO	Segunda 19	Terça 20	Quarta 21	Quinta 22	Sexta 23
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Leite de soja com cereal de milho sem glúten e sem lactose + banana picada	Arroz + feijão + quibe assado + salada
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco de abacaxi natural + biscoito sem glúten e sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem glúten e sem lactose + doce de fruta + fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Café com leite de soja + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal + queijo + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose
SERVIÇO	Segunda 26	Terça 27	Quarta 28	Quinta 29	Sexta 30
PARCIAL 10:00HS	Macarrão sem glúten + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Pão sem glúten e sem lactose + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem glúten e sem lactose + suco em polpa
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Chá + pão sem glúten e sem lactose + doce de leite + fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose + fruta	Suco de abacaxi natural + biscoito sem glúten e sem lactose	Pão sem glúten e sem lactose + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem glúten e sem lactose + suco em polpa

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

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2
PARCIAL 10:00HS					Arroz + feijão + omelete com ervilha	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS					Café com leite + biscoito doce + fruta	Suco de abacaxi natural + bolo de laranja + fruta	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	8	Sexta	9
PARCIAL 10:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral		Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada	
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Café com leite + biscoito salgado + fruta	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta + fruta	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce		Suco de abacaxi natural + biscoito salgado	Suco em polpa + sanduíche de pão fatiado com queijo e cenoura e alface	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	15	Sexta	16
PARCIAL 10:00HS	Macarrão + frango ensopado + salada + fruta	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta		Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta	
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco integral + pão + doce de fruta + fruta	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Leite com fruta + biscoito doce integral		Suco de abacaxi natural + bolo de laranja + fruta	Leite com fruta + biscoito doce integral	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	22	Sexta	23
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada		Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada	
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco de abacaxi natural + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta + fruta	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce		Café com leite + pão fatiado + creme vegetal + queijo + fruta	Leite com fruta + biscoito doce integral	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	29	Sexta	30
PARCIAL 10:00HS	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta		Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Chá + pão + doce de leite + fruta	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Café com leite + biscoito doce + fruta		Suco de abacaxi natural + biscoito salgado	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa	

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 - Eufrasina

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2
PARCIAL 08:00HS					Café com leite + biscoito doce + fruta	Suco de abacaxi natural + bolo de laranja + fruta	
PARCIAL ESPECIAL 11:00HS 15:00HS					Arroz + feijão + omelete com ervilha	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2
	5	6	7	8	9		
PARCIAL 08:00HS	Café com leite + biscoito salgado + fruta	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta + fruta	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Suco de abacaxi natural + biscoito salgado	Suco em polpa + sanduíche de pão fatiado com queijo e cenoura e alface		
PARCIAL ESPECIAL 11:00HS 15:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada		
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2
	12	13	14	15	16		
PARCIAL 08:00HS	Suco integral + pão + doce de fruta + fruta	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Leite com fruta + biscoito doce integral	Suco de abacaxi natural + bolo de laranja + fruta	Leite com fruta + biscoito doce integral		
PARCIAL ESPECIAL 11:00HS 15:00HS	Macarrão + frango ensopado + salada + fruta	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta		
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2
	19	20	21	22	23		
PARCIAL 08:00HS	Suco de abacaxi natural + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta + fruta	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Café com leite + pão fatiado + creme vegetal + queijo + fruta	Leite com fruta + biscoito doce integral		
PARCIAL ESPECIAL 11:00HS 15:00HS	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada		
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2
	26	27	28	29	30		
PARCIAL 08:00HS	Chá + pão + doce de leite + fruta	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Café com leite + biscoito doce + fruta	Suco de abacaxi natural + biscoito salgado	Leite com fruta + biscoito doce integral		
PARCIAL ESPECIAL 11:00HS 15:00HS	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + 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 - sem ovo e sem lactose

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta 1	Sexta 2
PARCIAL 10:00HS				Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS				Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose + fruta	Suco de abacaxi natural + bolo sem ovo e sem lactose + fruta
SERVIÇO	Segunda 5	Terça 6	Quarta 7	Quinta 8	Sexta 9
PARCIAL 10:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Suco integral + bolo de laranja	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose + fruta	Leite de soja com fruta + pão sem ovo e sem lactose + doce de fruta + fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Suco de abacaxi natural + biscoito sem ovo e sem lactose	Suco em polpa + sanduíche de pão sem ovo e sem lactose com queijo sem lactose e cenoura e alface
SERVIÇO	Segunda 12	Terça 13	Quarta 14	Quinta 15	Sexta 16
PARCIAL 10:00HS	Macarrão + frango ensopado + salada + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem ovo e sem lactose	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco integral + pão sem ovo e sem lactose + doce de fruta + fruta	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada	Leite de soja com fruta + biscoito sem ovo e sem lactose	Suco de abacaxi natural + bolo sem ovo e sem lactose + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem ovo e sem lactose
SERVIÇO	Segunda 19	Terça 20	Quarta 21	Quinta 22	Sexta 23
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada	Arroz + feijão + quibe assado + salada
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco de abacaxi natural + biscoito sem ovo e sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem ovo e sem lactose + doce de fruta + fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Café com leite de soja + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal + queijo sem lactose + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem ovo e sem lactose
SERVIÇO	Segunda 26	Terça 27	Quarta 28	Quinta 29	Sexta 30
PARCIAL 10:00HS	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Pão sem ovo e sem lactose + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem ovo e sem lactose + suco em polpa
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Chá + pão sem ovo e sem lactose + doce de leite + fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose + fruta	Suco de abacaxi natural + biscoito sem ovo e sem lactose	Pão sem ovo e sem lactose + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem ovo e sem lactose + suco em polpa

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 lactose

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2
PARCIAL 10:00HS					Arroz + feijão + omelete com ervilha	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS					Café com leite de soja + biscoito sem lactose + fruta	Suco de abacaxi natural + bolo sem lactose + fruta	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2
	5	6	7	8	8	9	
PARCIAL 10:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Suco integral + bolo sem lactose	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta		Arroz + feijão + quibe assado + salada	
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Café com leite de soja + biscoito sem lactose + fruta	Leite de soja com fruta + pão sem lactose + doce de fruta + fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Suco de abacaxi natural + biscoito sem lactose		Suco em polpa + sanduíche de pão sem lactose com queijo sem lactose e cenoura e alface	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	15	Sexta	16
	12	13	14	15	15	16	
PARCIAL 10:00HS	Macarrão + frango ensopado + salada + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta		Arroz integral + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta	
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco integral + pão sem lactose + doce de fruta + fruta	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Suco de abacaxi natural + bolo sem lactose + fruta		Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	22	Sexta	23
	19	20	21	22	22	23	
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada		Arroz + feijão + quibe assado + salada	
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco de abacaxi natural + biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem lactose + doce de fruta + fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Café com leite de soja + pão sem lactose + creme vegetal + queijo sem lactose + fruta		Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	29	Sexta	30
	26	27	28	29	29	30	
PARCIAL 10:00HS	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta		Pão sem lactose + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem lactose + suco em polpa	
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Chá + pão sem lactose + doce de leite + fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem lactose + fruta	Suco de abacaxi natural + biscoito sem lactose		Pão sem lactose + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem lactose + suco em polpa	

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 Maria Nely

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta 1	Sexta 2	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30:00 - 8:30HS				Suco em polpa + pão de centeio + creme vegetal	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal	KCAL: 225,26 g CHO: 40,77 g PTN: 4,17 g LIP: 1,78 g
MERENDA 10:00HS 15:00HS				Macarrão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	KCAL: 652,30 g CHO: 105,70 g PTN: 35,33 g LIP: 33,08 g
SERVIÇO	Segunda 5	Terça 6	Quarta 7	Quinta 8	Sexta 9	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30:00 - 8:30HS	Café com leite + pão + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	Café com leite + biscoito doce	Suco em polpa + bolo de fubá	Café com leite + biscoito salgado	KCAL: 390,41 g CHO: 53,07 g PTN: 9,76 g LIP: 13,78 g
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Risoto de frango (2 tipos de legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada	KCAL: 745,14 g CHO: 85,16 g PTN: 30,39 g LIP: 27,15 g
SERVIÇO	Segunda 12	Terça 13	Quarta 14	Quinta 15	Sexta 16	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30:00 - 8:30HS	Café com leite + biscoito salgado	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Suco em polpa + pão de milho + creme vegetal	KCAL: 370,86 g CHO: 58,19 g PTN: 8,75 g LIP: 8,55 g
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz integral + feijão + frango refogado com legume + salada + fruta	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta	Risoto de frango (2 tipos de legumes) + salada + fruta	KCAL: 735,87 g CHO: 106,21 g PTN: 28,49 g LIP: 24,69 g
SERVIÇO	Segunda 19	Terça 20	Quarta 21	Quinta 22	Sexta 23	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30:00 - 8:30HS	Chá + pão + doce de leite	Leite com fruta + biscoito doce	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco em polpa + bolo de laranja	Suco em polpa + sanduíche de pão fatiado com queijo e cenoura e alface	KCAL: 496,86 g CHO: 96,36 g PTN: 8,65 g LIP: 8,40 g
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral	KCAL: 741,48 g CHO: 98,31 g PTN: 33,12 g LIP: 35,07 g
SERVIÇO	Segunda 26	Terça 27	Quarta 28	Quinta 29	Sexta 30	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30:00 - 8:30HS	Café com leite + biscoito salgado	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal	Chá + pão + doce de leite	Leite com fruta + biscoito doce	KCAL: 359,70 g CHO: 60,22 g PTN: 8,03 g LIP: 8,98 g
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa	KCAL: 848,00 g CHO: 73,69 g PTN: 34,69 g LIP: 24,78 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 Ensino Especial - Maria Nely dieta pastosa

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2
MERENDA				Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)		Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2
MERENDA	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha)	8	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	9
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2
MERENDA	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	15	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	16
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2
MERENDA	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	22	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha)	23
SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	Sexta	2
MERENDA	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	29	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	30

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

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

Ligia 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 - Maria Nely - sem ovo

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
MERENDA 10:00HS 15:00HS				Macarrão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
SERVIÇO	Segunda 5	Terça 6	Quarta 7	Quinta 8	Sexta 9
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Risoto de frango (2 tipos de legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
SERVIÇO	Segunda 12	Terça 13	Quarta 14	Quinta 15	Sexta 16
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz integral + feijão + frango refogado com legume + salada + fruta	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta	Risoto de frango (2 tipos de legumes) + salada + fruta
SERVIÇO	Segunda 19	Terça 20	Quarta 21	Quinta 22	Sexta 23
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral
SERVIÇO	Segunda 26	Terça 27	Quarta 28	Quinta 29	Sexta 30
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa

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

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
DESJEJUM				1 Fruta	2
MERENDA				Café com leite + biscoito doce	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta
SERVIÇO	5	6	7	8	9
DESJEJUM			-	Fruta	
MERENDA	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	-	Chá + pão + doce de leite	Arroz doce
SERVIÇO	12	13	14	15	16
DESJEJUM			-	Fruta	
MERENDA	Suco em polpa + pão de cenoura + doce de fruta	Leite com fruta + biscoito doce	-	Mingau de aveia	Leite com fruta + biscoito doce
SERVIÇO	19	20	21	22	23
DESJEJUM			-	Fruta	
MERENDA	Café com leite + biscoito doce	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	-	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Leite com fruta + biscoito doce
SERVIÇO	26	27	28	29	30
DESJEJUM			-	Fruta	
MERENDA	Chá + pão + doce de leite	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	-	Mingau de chocolate	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa

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

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

Ligia 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 Alimento



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio Escolas Integrais

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
				1	2	
DESJEJUM				Suco em polpa + pão de centeio + creme vegetal	Café com leite + biscoito salgado	KCAL: 292,60 g PTN: 7,21 g CHO: 47,85 g LIP: 5,78 g
ALMOÇO				Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	KCAL: 860,08 g PTN: 32,58 g CHO: 93,82 g LIP: 28,61 g
MERENDA				Café com leite + biscoito doce	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	KCAL: 329,57 g PTN: 8,84 g CHO: 8,84 g LIP: 9,27 g 19,00
SERVIÇO	5	6	7	8	9	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM	Café com leite + pão de cenoura + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	Suco em polpa + bolo de laranja	Café com leite + biscoito doce	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal	KCAL: 344,38 g PTN: 7,18 g CHO: 52,31 g LIP: 10,11 g
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada	KCAL: 656,99 g PTN: 23,55 g CHO: 70,34 g LIP: 25,11 g
MERENDA	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Chá + pão + doce de leite	Arroz doce	KCAL: 416,46 g PTN: 11,41 g CHO: 70,71 g LIP: 9,13 g
SERVIÇO	12	13	14	15	16	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM	Café com leite + biscoito salgado	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal	Café com leite + biscoito salgado	Vitamina (3 frutas) biscoito doce	Suco em polpa + pão de milho + creme vegetal	KCAL: 338,66 g PTN: 7,73 g CHO: 57,09 g LIP: 7,80 g
ALMOÇO	Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz integral+ feijão + frango ensopado + salada	Arroz + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	KCAL: 588,66 g PTN: 27,04 g CHO: 65,34 g LIP: 25,56 g
MERENDA	Suco em polpa + pão de cenoura + doce de fruta	Leite com fruta + biscoito doce	Chá com leite + biscoito salgado	Mingau de aveia	Leite com fruta + biscoito doce	KCAL: 393,52 g PTN: 11,28 g CHO: 66,18 g LIP: 9,62 g
SERVIÇO	19	20	21	22	23	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM	Chá + pão + doce de leite	Café com leite + biscoito doce	Suco em polpa + bolo de laranja	Café com leite + pão de cenoura + creme vegetal	Suco em polpa + sanduiche de pão fatiado com queijo e cenoura e alface	KCAL: 306,27 g PTN: 8,41 g CHO: 49,59 g LIP: 8,20 g
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada	KCAL: 667,03 g PTN: 32,56 g CHO: 71,04 g LIP: 32,58 g
MERENDA	Café com leite + biscoito doce	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Café com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Leite com fruta + biscoito doce	KCAL: 345,07 g PTN: 9,38 g CHO: 54,25 g LIP: 9,89 g
SERVIÇO	26	27	28	29	30	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM	Suco em polpa + pão de centeio + creme vegetal	Vitamina (3 frutas) biscoito doce	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa	KCAL: 484,54 g PTN: 11,39 g CHO: 87,75 g LIP: 8,21 g
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Macarrão + frango ao molho + salada + fruta	KCAL: 721,88 g PTN: 27,81 g CHO: 71,20 g LIP: 23,52 g
MERENDA	Chá + pão + doce de leite	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Chá com leite + biscoito salgado	Mingau de chocolate	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa	KCAL: 445,37 g PTN: 8,96 g CHO: 84,77 g LIP: 9,11 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 - diet

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
DESJEJUM				1 Suco em polpa com adoçante + pão integral + creme vegetal	2 Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado
ALMOÇO				Macarrão integral + carne moída ao molho + salada + fruta	Arroz integral + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
MERENDA				Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Leite desnatado com fruta + pão integral + doce de fruta diet
SERVIÇO	5	6	7	8	9
DESJEJUM	Café com leite desnatado com adoçante + pão integral + creme vegetal	Leite desnatado com fruta + biscoito salgado	Suco em polpa com adoçante + bolo diet	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa	Arroz integral + feijão + frango ao molho com legumes + salada	Arroz integral + feijão + carne bovina com ervilha partida	Risoto de frango (2 legumes) com arroz integral + salada + fruta	Arroz integral + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Chá com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Leite desnatado com fruta + pão integral + doce de fruta diet	Vitamina (3 frutas) com leite desnatado + biscoito salgado	Chá com adoçante + pão integral + doce de leite	Arroz doce com leite desnatado com adoçante
SERVIÇO	12	13	14	15	16
DESJEJUM	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral + creme vegetal	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Vitamina (3 frutas) com leite desnatado + biscoito salgado	Suco em polpa com adoçante + pão integral + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz integral + feijão + frango ensopado + salada	Arroz integral + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + fruta	Arroz integral + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate	Arroz integral + feijão + carne bovina com ervilha partida
MERENDA	Suco em polpa com adoçante + pão integral + doce de fruta diet	Leite desnatado com fruta + biscoito salgado	Chá com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Mingau de aveia com leite desnatado com adoçante	Leite desnatado com fruta + biscoito salgado
SERVIÇO	19	20	21	22	23
DESJEJUM	Chá com adoçante + pão integral + doce de fruta diet	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Suco em polpa com adoçante + bolo diet	Café com leite desnatado com adoçante + pão integral + creme vegetal	Suco em polpa com adoçante + sanduiche de pão integral com queijo e cenoura e alface
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz integral + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz integral + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz integral + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Leite desnatado com fruta + pão integral + doce de fruta diet	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Leite desnatado com fruta + pão integral + doce de fruta diet	Leite desnatado com fruta + biscoito salgado
SERVIÇO	26	27	28	29	30
DESJEJUM	Suco em polpa com adoçante + pão integral + creme vegetal	Vitamina (3 frutas) com leite desnatado + biscoito salgado	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral + creme vegetal	Leite desnatado com fruta + biscoito salgado	Pão integral + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo diet + suco em polpa com adoçante
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + carne moída ensopada + macarrão	Risoto de frango (2 legumes) com arroz integral + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz integral + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Macarrão integral + frango ao molho + salada + fruta
MERENDA	Chá com adoçante + pão integral + doce de fruta diet	Vitamina (3 frutas) com leite desnatado + biscoito salgado	Chá com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Mingau de chocolate com leite desnatado com adoçante	Pão integral + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo diet + suco em polpa com adoçante

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

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
DESJEJUM				1 Suco em polpa + pão sem glúten + creme vegetal	2 Café com leite + biscoito sem glúten
ALMOÇO				Macarrão sem glúten + carne moída ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
MERENDA				Café com leite + biscoito sem glúten	Leite com fruta + pão sem glúten + doce de fruta
SERVIÇO	5	6	7	8	9
DESJEJUM	Café com leite + pão sem glúten + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Suco em polpa + bolo sem glúten	Café com leite + biscoito sem glúten	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Chá com leite + biscoito sem glúten	Leite com fruta + pão sem glúten + doce de fruta	Vitamina (3 frutas) + biscoito sem glúten	Chá + pão sem glúten + doce de leite	Arroz doce
SERVIÇO	12	13	14	15	16
DESJEJUM	Café com leite + biscoito sem glúten	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten + creme vegetal	Café com leite + biscoito sem glúten	Vitamina (3 frutas) biscoito sem glúten	Suco em polpa + pão sem glúten + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz integral+ feijão + frango ensopado + salada	Arroz + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida
MERENDA	Suco em polpa + pão sem glúten + doce de fruta	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Chá com leite + biscoito sem glúten	Mingau de aveia	Leite com fruta + biscoito sem glúten
SERVIÇO	19	20	21	22	23
DESJEJUM	Chá + pão sem glúten + doce de leite	Café com leite + biscoito sem glúten	Suco em polpa + bolo sem glúten	Café com leite + pão sem glúten + creme vegetal	Suco em polpa + sanduíche de pão sem glúten com queijo e cenoura e alface
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Café com leite + biscoito sem glúten	Leite com fruta + pão sem glúten + doce de fruta	Café com leite + biscoito sem glúten	Leite com fruta + pão sem glúten + doce de fruta	Leite com fruta + biscoito sem glúten
SERVIÇO	26	27	28	29	30
DESJEJUM	Suco em polpa + pão sem glúten + creme vegetal	Vitamina (3 frutas) biscoito sem glúten	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Pão sem glúten + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem glúten + suco em polpa
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão sem glúten	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Macarrão sem glúten + frango ao molho + salada + fruta
MERENDA	Chá + pão sem glúten + doce de leite	Vitamina (3 frutas) + biscoito sem glúten	Chá com leite + biscoito sem glúten	Mingau de chocolate	Pão sem glúten + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem glúten + suco em polpa

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 lactose

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
DESJEJUM				Suco em polpa + pão sem lactose + creme vegetal	Café com leite de soja + biscoito sem lactose
ALMOÇO				Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
MERENDA				Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem lactose + doce de fruta
SERVIÇO	5	6	7	8	9
DESJEJUM	Café com leite de soja + pão sem lactose + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Suco em polpa + bolo sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Chá com leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem lactose + doce de fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Chá + pão sem lactose + doce de leite	Arroz doce com leite de soja
SERVIÇO	12	13	14	15	16
DESJEJUM	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose + creme vegetal	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Suco em polpa + pão sem lactose + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz integral+ feijão + frango ensopado + salada	Arroz + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida
MERENDA	Suco em polpa + pão sem lactose + doce de fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Chá com leite de soja + biscoito sem lactose	Mingau de aveia com leite de soja	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose
SERVIÇO	19	20	21	22	23
DESJEJUM	Chá + pão sem lactose + doce de leite	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Suco em polpa + bolo sem lactose	Café com leite de soja + pão sem lactose + creme vegetal	Suco em polpa + sanduíche de pão sem lactose com queijo sem lactose e cenoura e alface
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem lactose + doce de fruta	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem lactose + doce de fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose
SERVIÇO	26	27	28	29	30
DESJEJUM	Suco em polpa + pão sem lactose + creme vegetal	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Pão sem lactose + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem lactose + suco em polpa
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Macarrão + frango ao molho + salada + fruta
MERENDA	Chá + pão sem lactose + doce de leite	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Chá com leite de soja + biscoito sem lactose	Mingau de chocolate com leite de soja	Pão sem lactose + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem lactose + suco em polpa

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 sem lactose

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
DESJEJUM				Suco em polpa + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose
ALMOÇO				Macarrão sem glúten + carne moída ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
MERENDA				Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem glúten e sem lactose + doce de fruta
SERVIÇO	5	6	7	8	9
DESJEJUM	Café com leite de soja + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose	Suco em polpa + bolo sem glúten e sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Chá com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem glúten e sem lactose + doce de fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Chá + pão sem glúten e sem lactose + doce de leite	Arroz doce com leite de soja
SERVIÇO	12	13	14	15	16
DESJEJUM	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Suco em polpa + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz integral+ feijão + frango ensopado + salada	Arroz + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida
MERENDA	Suco em polpa + pão sem glúten e sem lactose + doce de fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose	Chá com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Mingau de aveia com leite de soja	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose
SERVIÇO	19	20	21	22	23
DESJEJUM	Chá + pão sem glúten e sem lactose + doce de leite	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Suco em polpa + bolo sem glúten e sem lactose	Café com leite de soja + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal	Suco em polpa + sanduíche de pão sem glúten e sem lactose com queijo e cenoura e alface
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem glúten e sem lactose + doce de fruta	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem glúten e sem lactose + doce de fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose
SERVIÇO	26	27	28	29	30
DESJEJUM	Suco em polpa + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose	Pão sem glúten e sem lactose + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem glúten e sem lactose + suco em polpa
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão sem glúten	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Macarrão sem glúten + frango ao molho + salada + fruta
MERENDA	Chá + pão sem glúten e sem lactose + doce de leite	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Chá com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Mingau de chocolate com leite de soja	Pão sem glúten e sem lactose + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem glúten e sem lactose + suco em polpa

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

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
DESJEJUM				Suco em polpa com adoçante+ pão sem glúten + creme vegetal	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten
ALMOÇO				Macarrão sem glúten + carne moída ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
MERENDA				Café com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Leite desnatado com fruta + pão sem glúten + doce de fruta
SERVIÇO	5	6	7	8	9
DESJEJUM	Café com leite desnatado com adoçante + pão sem glúten + creme vegetal	Leite desnatado com fruta + biscoito sem glúten	Suco em polpa com adoçante + bolo sem glúten	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão sem glúten + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Chá com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Leite desnatado com fruta + pão sem glúten + doce de fruta	Vitamina (3 frutas) + biscoito sem glúten	Chá com adoçante + pão sem glúten + doce de leite	Arroz doce com leite desnatado com adoçante
SERVIÇO	12	13	14	15	16
DESJEJUM	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão sem glúten + creme vegetal	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Vitamina (3 frutas) com leite desnatado + biscoito sem glúten	Suco em polpa com adoçante + pão sem glúten + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz integral+ feijão + frango ensopado + salada	Arroz + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida
MERENDA	Suco em polpa com adoçante + pão sem glúten + doce de fruta	Leite desnatado com fruta + biscoito sem glúten	Chá com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Mingau de aveia com leite desnatado com adoçante	Leite desnatado com fruta + biscoito sem glúten
SERVIÇO	19	20	21	22	23
DESJEJUM	Chá com adoçante + pão sem glúten + doce de leite	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Suco em polpa com adoçante + bolo sem glúten	Café com leite desnatado com adoçante + pão sem glúten + creme vegetal	Suco em polpa com adoçante + sanduíche de pão sem glúten com queijo e cenoura e alface
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Leite com fruta + pão sem glúten + doce de fruta	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Leite desnatado com fruta + pão sem glúten + doce de fruta	Leite desnatado com fruta + biscoito sem glúten
SERVIÇO	26	27	28	29	30
DESJEJUM	Suco em polpa com adoçante + pão sem glúten + creme vegetal	Vitamina (3 frutas) com leite desnatado + biscoito sem glúten	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão sem glúten + creme vegetal	Leite desnatado com fruta + biscoito sem glúten	Pão sem glúten + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem glúten + suco em polpa com adoçante
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão sem glúten	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Macarrão sem glúten + frango ao molho + salada + fruta
MERENDA	Chá com adoçante + pão sem glúten + doce de leite	Vitamina (3 frutas) com leite desnatado + biscoito sem glúten	Chá com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Mingau de chocolate desnatado com adoçante	Pão sem glúten + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem glúten + suco em polpa com adoçante

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 - APLV

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
				1	2
DESJEJUM				Suco em polpa + pão sem leite + creme vegetal	Café com leite de soja + biscoito sem leite
ALMOÇO				Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada
MERENDA				Café com leite de soja + biscoito sem leite	Leite de soja com fruta + pão sem leite + doce de fruta
SERVIÇO	5	6	7	8	9
DESJEJUM	Café com leite de soja + pão sem leite + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite	Suco em polpa + bolo sem leite	Café com leite de soja + biscoito sem leite	Suco de abacaxi natural + pão sem leite + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Chá com leite de soja + biscoito sem leite	Leite de soja com fruta + pão sem leite + doce de fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem leite	Chá + pão sem leite + doce de fruta	Arroz doce com leite de soja
SERVIÇO	12	13	14	15	16
DESJEJUM	Café com leite de soja + biscoito sem leite	Suco de abacaxi natural + pão sem leite + creme vegetal	Café com leite de soja + biscoito sem leite	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem leite	Suco em polpa + pão sem leite + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz integral+ feijão + frango ensopado + salada	Arroz + feijoada com cubos bovino + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida
MERENDA	Suco em polpa + pão sem leite + doce de fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite	Chá com leite de soja + biscoito sem leite	Mingau de aveia com leite de soja	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite
SERVIÇO	19	20	21	22	23
DESJEJUM	Chá + pão sem leite + doce de leite	Café com leite de soja + biscoito sem leite	Suco em polpa + bolo sem leite	Café com leite de soja + pão sem leite + creme vegetal	Suco em polpa + sanduiche de pão sem leite com e cenoura e alface
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Café com leite de soja + biscoito sem leite	Leite de soja com fruta + pão sem leite + doce de fruta	Café com leite de soja + biscoito sem leite	Leite de soja com fruta + pão sem leite + doce de fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite
SERVIÇO	26	27	28	29	30
DESJEJUM	Suco em polpa + pão sem leite + creme vegetal	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem leite	Suco de abacaxi natural + pão sem leite + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite	Pão sem leite + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem leite + suco em polpa
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Macarrão + frango ao molho + salada + fruta
MERENDA	Chá + pão sem leite + doce de fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem leite	Chá com leite de soja + biscoito sem leite	Mingau de chocolate com leite de soja	Pão sem leite + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo sem leite + suco em polpa

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 - FENIL

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
MERENDA	Leite de arroz + xuky + biscoito fenil	Café preto + biscoito fenil	Leite de arroz com fruta + biscoito fenil	Suco de maracujá + biscoito fenil	Café preto + biscoito fenil
SERVIÇO	5	6	7	8	9
MERENDA	Suco de limão + biscoito fenil	Leite de arroz + xuky + biscoito fenil	Café preto + biscoito fenil	Leite de arroz com fruta + biscoito fenil	Leite de arroz + xuky + biscoito fenil
SERVIÇO	12	13	14	15	16
MERENDA	Suco de maracujá + biscoito fenil	Café preto + biscoito fenil	Leite de arroz + xuky + biscoito fenil	Leite de arroz com fruta + biscoito fenil	Café preto + biscoito fenil
SERVIÇO	19	20	21	22	23
MERENDA	Leite de arroz + xuky + biscoito fenil	Café preto + biscoito fenil	Leite de arroz com fruta + biscoito fenil	Suco de limão + biscoito fenil	Leite de arroz + xuky + biscoito fenil
SERVIÇO	26	27	28	29	30
MERENDA	Leite de arroz + xuky + biscoito fenil	Café preto + biscoito fenil	Leite de arroz com fruta + biscoito fenil	Leite de arroz + xuky + biscoito fenil	Suco de maracujá + pão francês fenil + creme vegetal sem leite

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 - EJA

Agosto/2019



Segunda	Terça	Quarta	Quinta	1	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
			Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada		KCAL: 699,23 g CHO: 87,95 g PTN: 34,78 g LIP: 24,23 g
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	8	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
5	6	7	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + quibe assado + salada	KCAL: 713,60 g CHO: 76,92 g PTN: 37,16 g LIP: 33,97 g
Arroz + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco em polpa	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta				
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	15	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
12	13	14	Arroz + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta	KCAL: 708,59 g CHO: 89,14 g PTN: 31,21 g LIP: 26,83 g
Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz integral + feijão + frango ensopado com legume + salada + fruta			
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	22	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
19	20	21	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	KCAL: 784,52 g CHO: 68,95 g PTN: 39,07 g LIP: 35,14 g
Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada + fruta	Macarrão + frango ao molho + salada + fruta			
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	29	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
26	27	28	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa	Pão + ovo mexido com tomate e cenoura e cheiro verde + bolo de fubá + suco em polpa	KCAL: 634,63 g CHO: 89,95 g PTN: 26,18 g LIP: 19,15 g
Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta			

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
t. 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 - CMAE

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
MANHÃ TARDE				Achocolatado + barrinha de cereal	Achocolatado + pão + creme vegetal
SERVIÇO	Segunda 5	Terça 6	Quarta 7	Quinta 8	Sexta 9
MANHÃ TARDE	Achocolatado + biscoito	Suco + fruta	Achocolatado + pão + creme vegetal	Suco + barrinha de cereal	Achocolatado + pão + creme vegetal
SERVIÇO	Segunda 12	Terça 13	Quarta 14	Quinta 15	Sexta 16
MANHÃ TARDE	Achocolatado + biscoito	Suco + barrinha de cereal	Achocolatado + pão + creme vegetal	Achocolatado + barrinha de cereal	Suco + pão + creme vegetal
SERVIÇO	Segunda 19	Terça 20	Quarta 21	Quinta 22	Sexta 23
MANHÃ TARDE	Suco + biscoito	Achocolatado + fruta	Achocolatado + pão + creme vegetal	Suco + barrinha de cereal	Achocolatado + pão + creme vegetal
SERVIÇO	Segunda 26	Terça 27	Quarta 28	Quinta 29	Sexta 30
MANHÃ TARDE	Achocolatado + barrinha de cereal	Suco + biscoito	Suco + pão + creme vegetal	Achocolatado + fruta	Suco + pão + creme vegetal

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 - Nayá APLV/sem glúten/sem soja/sem corante

Agosto/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
MERENDA	Suco de uva integral + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante	Chá de erva doce + pão sem glúten sem soja sem leite sem corante + doce de fruta	Suco de uva integral + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante	Suco de uva integral + pão sem glúten sem soja sem leite sem corante + doce de fruta	Chá de erva doce + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante
SERVIÇO	5	6	7	8	9
MERENDA	Suco de uva integral + pão sem glúten sem soja sem leite sem corante + doce de fruta	Chá de erva doce + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante	Suco de uva integral + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante	Chá de erva doce + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante	Suco de uva integral + pão sem glúten sem soja sem leite sem corante + doce de fruta
SERVIÇO	12	13	14	15	16
MERENDA	Chá de erva doce + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante	Suco de uva integral + pão sem glúten sem soja sem leite sem corante + doce de fruta	Chá de erva doce + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante	Suco de uva integral + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante	Chá de erva doce + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante
SERVIÇO	19	20	21	22	23
MERENDA	Chá de erva doce + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante	Suco de uva integral + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante	Chá de erva doce + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante	Chá de erva doce + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante	Suco de uva integral + pão sem glúten sem soja sem leite sem corante + doce de fruta
SERVIÇO	26	27	28	29	30
MERENDA	Suco de uva integral + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante	Chá de erva doce + pão sem glúten sem soja sem leite sem corante + doce de fruta	Suco de uva integral + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante	Chá de erva doce + pão sem glúten sem soja sem leite sem corante + doce de fruta	Suco de uva integral + pão sem glúten sem soja sem leite sem corante + doce de fruta

OBS: As saladas servidas no almoço não devem repetir na mesma semana
 Suco integral + biscoito sem lactose + fruta

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