



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

CMEI/CEI - BERÇÁRIOS (6 A 7 MESES)

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6	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 frango (frango + mandioca + beterraba + abobrinha)	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: 152,66 g PTN: 10,96 g CHO: 10,83 g LIP: 7,90 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: 12,79 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) papinha de fruta	KCAL: 215,94 g PTN: 14,04 g CHO: 23,21 g LIP: 16,69 g
SERVIÇO	9	10	11	12	13	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 frango (frango + mandioca+ cenoura + 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: 137,10 g PTN: 12,14 g CHO: 14,62 g LIP: 7,24 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 + mandioca + cenoura + abóbora + 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)	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	16	17	18	19	20	MEDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + biscoito doce	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito salgado integral	Fórmula + fruta	Fórmula + fruta	292,56 g PTN: 5,87 g CHO: 40,53 g LIP: 12,35 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)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	KCAL: 139,13 g PTN: 12,17 g CHO: 14,55 g LIP: 7,29 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + cereal	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + cereal	Fórmula + biscoito doce	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	Papinha de frango (mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + mandioca+ cenoura + caldo de feijão)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	KCAL: 213,97 g PTN: 11,69 g CHO: 17,62 g LIP: 11,97 g
SERVIÇO	23	24	25	26	27	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito salgado	Fórmula + fruta	KCAL: 317,66 g PTN: 6,51 g CHO: 45,46 g LIP: 12,83 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 + mandioca+ cenoura + caldo de feijão)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	KCAL: 138,55 g PTN: 11,30 g CHO: 9,34 g LIP: 7,19 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + biscoito doce	Fórmula + cereal	Fórmula + biscoito doce	Fórmula + fruta	Fórmula + cereal	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)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	KCAL: 207,58 g PTN: 11,63 g CHO: 17,22 g LIP: 11,66 g
SERVIÇO	30					MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + cereal					KCAL: 339,60 g PTN: 7,22 g LIP: 12,06 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Sopa de frango (frango + mandioca + beterraba + abobrinha)					KCAL: 158,61 g PTN: 10,49 g LIP: 8,46 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + biscoito doce integral					KCAL: 364,63 g PTN: 7,26 g LIP: 15,63 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)					KCAL: 108,56 g PTN: 12,50 g LIP: 5,18 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)

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6	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 frango (frango + mandioca + beterraba + abobrinha)	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: 152,66 g PTN: 10,96 g	CHO: 10,83 g LIP: 7,90 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: 12,79 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de carne (carne + macarrão + batata + abóbora + chuchu)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) papinha de fruta	KCAL: 215,94 g PTN: 14,04 g	CHO: 23,21 g LIP: 16,69 g
SERVIÇO	9	10	11	12	13	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: 137,10 g PTN: 12,14 g	CHO: 14,62 g LIP: 7,24 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 + 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)	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	16	17	18	19	20	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + biscoito doce	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito salgado integral	Fórmula + fruta	Fórmula + fruta	KCAL: 292,56 g PTN: 5,87 g	CHO: 40,53 g LIP: 12,35 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)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	KCAL: 139,13 g PTN: 12,17 g	CHO: 14,55 g LIP: 7,29 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + cereal	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + cereal	Fórmula + biscoito doce	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	Papinha de frango (mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + caldo de feijão)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	KCAL: 213,97 g PTN: 11,69 g	CHO: 17,62 g LIP: 11,97 g
SERVIÇO	23	24	25	26	27	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + cereal	Fórmula + fruta	Fórmula + fruta	Fórmula + biscoito salgado	Fórmula + fruta	KCAL: 317,66 g PTN: 6,51 g	CHO: 45,46 g LIP: 12,83 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 + mandioca + cenoura + caldo de feijão)	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	KCAL: 138,55 g PTN: 11,30 g	CHO: 9,34 g LIP: 7,19 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + biscoito doce	Fórmula + cereal	Fórmula + biscoito doce	Fórmula + fruta	Fórmula + cereal	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)	Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha) + papinha de fruta	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)	KCAL: 207,58 g PTN: 11,63 g	CHO: 17,22 g LIP: 11,66 g
SERVIÇO	30					MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Fórmula + cereal					KCAL: 339,60 g PTN: 7,22 g	CHO: 50,56 g LIP: 12,06 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Sopa de frango (frango + mandioca + beterraba + abobrinha)					KCAL: 158,61 g PTN: 10,49 g	CHO: 12,05 g LIP: 8,46 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Fórmula + biscoito doce integral					KCAL: 364,63 g PTN: 7,26 g	CHO: 48,91 g LIP: 15,63 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)					KCAL: 108,56 g PTN: 12,50 g	CHO: 6,60 g LIP: 5,18 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)

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 1	Terça 2	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Leite com café + pão fatiado + creme vegetal	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com cereal infantil + biscoito doce	Leite com fruta + pão + creme vegetal	Cachorro quente + pinhão + pipoca + suco + doce individual	KCAL: 332,55 g PTN: 9,40 g	CHO: 46,44 g LIP: 12,00 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + lentilha + carne moída ensopada + salada	Arroz + feijão + frango ao molho com legume + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata	KCAL: 335,32 g PTN: 17,70 g	CHO: 41,56 g LIP: 11,01 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com cereal infantil + fruta + biscoito doce	Leite com café + pão fatiado + doce de fruta	Leite com fruta + pão + creme vegetal	Leite com cereal infantil + fruta + biscoito doce integral	Cachorro quente + pinhão + pipoca + suco + doce individual	KCAL: 381,96 g PTN: 9,59 g	CHO: 60,92 g LIP: 10,80 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão + carne moída + salada + suco natural	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	KCAL: 326,92 g PTN: 17,44 g	CHO: 40,30 g LIP: 11,22 g
SERVIÇO	9	10	11	12	13	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Leite com cereal infantil + biscoito doce	Leite com café + pão fatiado + creme vegetal	Leite + fruta + farinha láctea + biscoito doce integral	Leite com café + pão fatiado + creme vegetal + queijo	Leite + fruta + farinha láctea + biscoito doce integral	KCAL: 314,45 g PTN: 11,09 g	CHO: 41,87 g LIP: 10,16 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho com legume + salada	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	KCAL: 425,00 g PTN: 19,60 g	CHO: 52,89 g LIP: 14,44 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com café + pão fatiado + doce de fruta	Leite + fruta + farinha láctea + biscoito doce integral	Leite com fruta + pão + creme vegetal	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão + creme vegetal	KCAL: 262,50 g PTN: 7,35 g	CHO: 41,77 g LIP: 6,16 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Polenta + frango ao molho + salada	Arroz carreteiro com cenoura + batata + salada	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Purê de batata + carne moída ao molho + salada	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	KCAL: 342,28 g PTN: 18,40 g	CHO: 58,60 g LIP: 11,80 g
SERVIÇO	16	17	18	19	20	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Leite com café + pão fatiado + creme vegetal	Leite com cereal infantil + biscoito doce	Leite com café + pão fatiado + creme vegetal	Chá com leite + biscoito salgado integral	Leite com cereal infantil + biscoito doce	KCAL: 257,84 g PTN: 8,91 g	CHO: 33,83 g LIP: 9,31 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada	Arroz + feijão + carne ao molho + salada	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne ao molho + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	KCAL: 330,19 g PTN: 19,22 g	CHO: 36,15 g LIP: 12,15 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite + biscoito salgado integral	Leite com café + pão fatiado + doce de fruta	Leite + fruta + farinha láctea + biscoito doce integral	Leite com cereal infantil + biscoito doce + fruta	Chá com leite + biscoito doce integral	KCAL: 270,38 g PTN: 6,45 g	CHO: 45,23 g LIP: 5,83 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro com cenoura + batata + salada	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	KCAL: 260,67 g PTN: 15,93 g	CHO: 50,15 g LIP: 8,21 g
SERVIÇO	23	24	25	26	27	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão + creme vegetal	Leite + fruta + farinha láctea + biscoito doce integral	Leite com fruta + pão + creme vegetal	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa	KCAL: 289,23 g PTN: 8,38 g	CHO: 43,33 g LIP: 8,01 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Macarrão + carne moída ensopada + salada	KCAL: 353,44 g PTN: 18,63 g	CHO: 39,25 g LIP: 13,50 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com fruta + pão + creme vegetal	Leite + fruta + farinha láctea + biscoito doce integral	Leite com cereal infantil + fruta + biscoito doce integral	Leite com café + pão fatiado + doce de fruta	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa	KCAL: 398,23 g PTN: 10,40 g	CHO: 63,22 g LIP: 10,96 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho + salada	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Arroz carreteiro com cenoura + batata + salada	KCAL: 308,10 g PTN: 17,83 g	CHO: 54,31 g LIP: 10,04 g
SERVIÇO	30					MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Leite com café + pão fatiado + creme vegetal					KCAL: 253,16 g PTN: 8,44 g	CHO: 30,97 g LIP: 8,92 g
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango refogado + salada					KCAL: 324,76 g PTN: 16,29 g	CHO: 33,24 g LIP: 14,13 g
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com cereal infantil + fruta + biscoito doce					KCAL: 404,37 g PTN: 9,11 g	CHO: 75,21 g LIP: 8,12 g
JANTAR 16:30- 17:00hs	Polenta + carne moída ao molho					KCAL: 262,72 g PTN: 12,31 g	CHO: 27,67 g LIP: 11,99 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) Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + pão + creme vegetal + queijo	Leite com fruta + biscoito doce	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Café com leite + biscoito doce + fruta	Suco integral + sanduíche de pão fatiado com queijo cenoura e alface	KCAL: 306,81 g	CHO: 45,19 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + lentilha + carne moída ensopada + salada	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijoado com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata	PTN: 7,77 g	LIP: 8,98 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Chá + pão com doce de leite	logurte de morango + biscoito doce integral	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Leite com fruta + biscoito doce	KCAL: 762,72 g	CHO: 64,31 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão + carne moída + suco polpa	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	PTN: 24,55 g	LIP: 45,23 g
SERVIÇO	9	10	11	12	13	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Chá + pão com doce de leite	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Suco polpa + bolo de fubá	Café com leite + biscoito salgado + fruta	Suco integral + pão de milho + creme vegetal	KCAL: 388,88 g	CHO: 69,66 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	PTN: 9,90 g	LIP: 7,18 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Suco integral + pão + doce de fruta	Café com leite + biscoito doce	Mingau de chocolate + fruta	Leite com fruta + biscoito doce	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	KCAL: 423,50 g	CHO: 48,84 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Polenta + frango ao molho + salada	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto de frango (frango + cenoura + batata + 1 legume)	PTN: 15,32 g	LIP: 20,19 g
SERVIÇO	16	17	18	19	20	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sequilho	Café com leite + biscoito salgado	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Chá + pão com doce de leite	KCAL: 686,19 g	CHO: 62,82 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada	Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + Feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango refogado + salada	PTN: 22,01 g	LIP: 38,50 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Suco integral + pão + doce de fruta	Café com leite + biscoito doce	Mingau de chocolate + fruta	Leite com fruta + biscoito doce	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	KCAL: 394,88 g	CHO: 69,73 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Polenta + frango ao molho + salada	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto de frango (frango + cenoura + batata + 1 legume)	PTN: 9,52 g	LIP: 8,96 g
SERVIÇO	23	24	25	26	27	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão de centeio + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	logurte de morango + biscoito doce integral + fruta	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Chá + pão com doce de leite	KCAL: 478,06 g	CHO: 45,94 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Macarrão + carne moída ensopada + salada	PTN: 22,22 g	LIP: 23,08 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Café com leite + pão fatiado + creme vegetal + queijo	Arroz doce	Suco integral + sanduíche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface	KCAL: 462,68 g	CHO: 86,74 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	PTN: 9,17 g	LIP: 7,98 g
SERVIÇO	30					MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão de centeio + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	logurte de morango + biscoito doce integral + fruta	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa	KCAL: 311,49 g	CHO: 58,94 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada	Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + Feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango refogado + salada	PTN: 15,57 g	LIP: 11,32 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Café com leite + pão fatiado + creme vegetal + queijo	Arroz doce	Suco integral + sanduíche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface	KCAL: 374,81 g	CHO: 65,40 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Polenta + frango ao molho + salada	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Polenta + frango ao molho + salada	Sopa de frango (frango + cenoura + batata + 1 legume)	PTN: 17,81 g	LIP: 14,60 g
SERVIÇO	16	17	18	19	20	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sequilho	Café com leite + biscoito salgado	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Chá + pão com doce de leite	KCAL: 281,00 g	CHO: 55,70 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada	Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + Feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango refogado + salada	PTN: 4,55 g	LIP: 3,66 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Café com leite + pão fatiado + creme vegetal + queijo	Arroz doce	Suco integral + sanduíche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface	KCAL: 478,06 g	CHO: 45,94 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	PTN: 22,22 g	LIP: 23,08 g
SERVIÇO	23	24	25	26	27	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão de centeio + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	logurte de morango + biscoito doce integral + fruta	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa	KCAL: 462,68 g	CHO: 86,74 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Macarrão + carne moída ensopada + salada	PTN: 9,17 g	LIP: 7,98 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Café com leite + biscoito salgado	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Café com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + biscoito doce	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa	KCAL: 311,49 g	CHO: 58,94 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	PTN: 15,57 g	LIP: 11,32 g
SERVIÇO	30					MÉDIA VALOR NUTRICIONAL	
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + biscoito doce + fruta					KCAL: 327,15 g	CHO: 56,29 g
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + frango refogado + salada					PTN: 8,29 g	LIP: 7,49 g
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Canjica					KCAL: 508,24 g	CHO: 46,36 g
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Polenta + carne moída ao molho					PTN: 20,87 g	LIP: 26,90 g
						KCAL: 239,20 g	CHO: 33,21 g
						PTN: 8,18 g	LIP: 8,20 g
						KCAL: 514,30 g	CHO: 44,54 g
						PTN: 24,36 g	LIP: 23,03 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 PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

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

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + pão + creme vegetal + queijo	Leite com fruta + biscoito doce	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Café com leite + biscoito doce + fruta	Suco integral + sanduíche de pão fatiado com queijo cenoura e alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + lentilha + carne moída ensopada+ salada	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Chá + pão com doce de leite	logurte de morango + biscoito doce integral	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Chá + pão com doce de leite	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Suco polpa + bolo de fubá	Café com leite + biscoito salgado + fruta	Suco integral + pão de milho + creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Suco integral + pão + doce de fruta	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Mingau de chocolate + fruta	Leite com fruta + biscoito doce	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sequilho	Café com leite + biscoito salgado	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Chá + pão com doce de leite
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada	Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + Feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango refogado + salada
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Arroz doce	Suco integral + sanduíche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão de centeio + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	logurte de morango + biscoito doce integral + fruta	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Macarrão + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Café com leite + biscoito salgado	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Leite com fruta + biscoito doce	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa
SERVIÇO	30				
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + biscoito doce + fruta				
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango refogado + salada				
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Canjica				

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

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + pão + creme vegetal + queijo	Leite com fruta + biscoito doce	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Café com leite + biscoito doce + fruta	Suco integral + sanduíche de pão fatiado com queijo cenoura e alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + lentilha + carne moída ensopada+ salada	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	logurte de morango + biscoito doce integral	Macarrão + carne moída + suco polpa	Leite com fruta + biscoito doce
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Chá + pão com doce de leite	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Suco polpa + bolo de fubá	Café com leite + biscoito salgado + fruta	Suco integral + pão de milho + creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Suco integral + pão + doce de fruta	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Mingau de chocolate + fruta	Purê de batata + carne moída ao molho	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sequilho	Café com leite + biscoito salgado	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Chá + pão com doce de leite
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada	Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + Feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango refogado + salada
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Chá com leite + biscoito salgado	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Café com leite + pão fatiado + creme vegetal + queijo	Polenta + frango ao molho + salada	Suco integral + sanduíche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão de centeio + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	logurte de morango + biscoito doce integral + fruta	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Macarrão + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Café com leite + biscoito salgado	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Café com leite + biscoito salgado	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa
SERVIÇO	30				
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + biscoito doce + fruta				
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango refogado + salada				
MERENDA 14:00/ 15:00hs	Canjica				

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 PARANAGUA

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

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

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + pão + creme vegetal + queijo	Leite com fruta + biscoito doce	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Café com leite + biscoito doce + fruta	Suco integral + sanduíche de pão fatiado com queijo cenoura e alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + lentilha + carne moída ensopada+ salada	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Chá + pão com doce de leite	logurte de morango + biscoito doce integral	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Leite com fruta + biscoito doce
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão + carne moída + suco polpa	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Chá + pão com doce de leite	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Suco polpa + bolo de fubá	Café com leite + biscoito salgado + fruta	Suco integral + pão de milho + creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + Feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + pão + doce de fruta	Café com leite + biscoito doce	Mingau de chocolate + fruta	Leite com fruta + biscoito doce	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada
JANTAR 16:30- 17:00hs	Polenta + frango ao molho + salada	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto de frango (frango + cenoura + batata + 1 legume)
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sequilho	Café com leite + biscoito salgado	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Chá + pão com doce de leite
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada	Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + Feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango refogado + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Café com leite + pão fatiado + creme vegetal + queijo	Arroz doce	Suco integral + sanduíche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão de centeio + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	logurte de morango + biscoito doce integral + fruta	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal + fruta	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Macarrão + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Café com leite + biscoito salgado	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	Café com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + biscoito doce	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa
JANTAR 16:30- 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)
SERVIÇO	30				
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + biscoito doce + fruta				
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango refogado + salada				
MERENDA 14:00- 14:30hs	Canjica				
JANTAR 16:30- 17:00hs	Polenta + carne moída ao molho				

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 sem ovo e sem lactose

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal + queijo sem lactose	Leite de soja com fruta + 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 + fruta	Suco integral + sanduíche de pão sem ovo e sem lactose com queijo sem lactose cenoura e alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + lentilha + carne moída ensopada+ salada	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite de soja com fruta + pão sem ovo e sem lactose + doce de fruta	Chá + pão sem ovo e sem lactose com 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	Leite de soja com fruta + biscoito sem ovo e sem lactose
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão + carne moída + suco	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Chá + pão sem ovo e sem lactose com doce de fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Suco polpa + bolo sem ovo e sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose + fruta	Suco integral + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + Feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + 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	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada
JANTAR 16:30- 17:00hs	Polenta + frango ao molho + salada	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto de frango (frango + cenoura + batata + 1 legume)
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sem ovo e sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal + fruta	Chá + pão sem ovo e sem lactose com doce de fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada	Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + Feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango refogado + salada
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 + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal + queijo sem lactose	Arroz doce com leite de soja	Suco integral + sanduíche de pão sem ovo e sem lactose + queijo sem lactose + cenoura + alface
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem ovo e sem lactose	logurte sem lactose + biscoito sem ovo e sem lactose + fruta	Suco de abacaxi natural + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal + fruta	Pão sem ovo e sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem ovo e sem lactose + suco polpa
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Macarrão + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem ovo e sem lactose	Pão sem ovo e sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem ovo e sem lactose + suco polpa
JANTAR 16:30- 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)
SERVIÇO	30				
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose + fruta				
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango refogado + salada				
MERENDA 14:00- 14:30hs	Canjica com leite de soja				
JANTAR 16:30- 17:00hs	Polenta + carne moída ao molho				

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) - sem lactose

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + pão sem lactose + creme vegetal + queijo sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose + creme vegetal + fruta	Café com leite de soja + biscoito sem lactose + fruta	Suco integral + sanduíche de pão sem lactose com queijo sem lactose cenoura e alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + lentilha + carne moída ensopada+ salada	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite de soja com fruta + pão sem lactose + doce de fruta	Chá + pão sem lactose com doce de fruta	logurte sem lactose + biscoito sem lactose	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão + carne moída + suco	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Chá + pão sem lactose com doce de fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Suco polpa + bolo sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem lactose + fruta	Suco integral + pão sem lactose + creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + 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	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada
JANTAR 16:30- 17:00hs	Polenta + frango ao molho + salada	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto de frango (frango + cenoura + batata + 1 legume)
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose + creme vegetal + fruta	Chá + pão sem lactose com doce de fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada	Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + Feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango refogado + salada
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 + pão sem lactose + creme vegetal + queijo sem lactose	Arroz doce com leite de soja	Suco integral + sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + cenoura + alface
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão sem lactose + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	logurte sem lactose + biscoito sem lactose + fruta	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose + creme vegetal + fruta	Pão sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem lactose + suco polpa
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Macarrão + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Pão sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem lactose + suco polpa
JANTAR 16:30- 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)
SERVIÇO	30				
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + biscoito sem lactose + fruta				
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango refogado + salada				
MERENDA 14:00- 14:30hs	Canjica com leite de soja				
JANTAR 16:30- 17:00hs	Polenta + carne moída ao molho				

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) - sem glúten

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + pão sem glúten + creme vegetal + queijo	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten + creme vegetal + fruta	Café com leite + biscoito sem glúten + fruta	Suco integral + sanduíche de pão sem glúten com queijo cenoura e alface
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + lentilha + carne moída ensopada + salada	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Leite com fruta + pão sem glúten + doce de fruta	Chá + pão sem glúten com doce de leite	logurte de morango + biscoito sem glúten	Vitamina (3 frutas) + biscoito sem glúten	Leite com fruta + biscoito sem glúten
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão sem glúten + carne moída + suco polpa	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Chá + pão sem glúten com doce de leite	Vitamina (3 frutas) + biscoito sem glúten	Suco polpa + bolo sem glúten	Café com leite + biscoito sem glúten + fruta	Suco integral + pão sem glúten + creme vegetal
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Suco integral + pão sem glúten + doce de fruta	Café com leite + biscoito sem glúten	Mingau de chocolate + fruta	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Leite com cereal de milho sem glúten + banana picada
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Polenta + frango ao molho + salada	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto de frango (frango + cenoura + batata + 1 legume)
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sem glúten	Café com leite + biscoito sem glúten	Leite com cereal de milho sem glúten + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten + creme vegetal + fruta	Chá + pão sem glúten com doce de leite
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada	Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + Feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango refogado + salada
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Chá com leite + biscoito sem glúten	Leite com fruta + pão sem glúten + doce de fruta	Café com leite + pão sem glúten + creme vegetal + queijo	Arroz doce	Suco integral + sanduíche de pão sem glúten + queijo + cenoura + alface
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão sem glúten + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito sem glúten	logurte de morango + biscoito sem glúten + fruta	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten + creme vegetal + fruta	Pão sem glúten + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem glúten + suco polpa
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Macarrão sem glúten + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Café com leite + biscoito sem glúten	Vitamina (3 frutas) + biscoito sem glúten	Café com leite + biscoito sem glúten	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Pão sem glúten + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem glúten + suco polpa
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)
SERVIÇO	30				
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite + biscoito sem glúten + fruta				
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + frango refogado + salada				
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Canjica				
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Polenta + carne moída ao molho				

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) - diet

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite desnatado com adoçante + pão integral + creme vegetal + queijo	Leite desnatado com fruta + biscoito diet	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral + creme vegetal + fruta	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito diet + fruta	Suco diet + sanduíche de pão integral com queijo cenoura e alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz integral + lentilha + carne moída ensopada+ saladada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + saladada	Arroz integral + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz integral + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + saladada	Arroz integral + feijão + quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite desnatado com fruta + pão integral + doce de fruta diet	Chá com adoçante + pão integral com doce de fruta diet	logurte diet + biscoito diet	Vitamina (3 frutas) com leite desnatado + biscoito diet	Leite desnatado com fruta + biscoito diet
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (arroz integral + frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + saladada	Macarrão integral + carne moída + suco polpa	Canja (arroz integral + frango + abobrinha + cenoura + batata)
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Chá com adoçante + pão integral com doce de fruta diet	Vitamina (3 frutas) com leite desnatado + biscoito diet	Suco polpa com adoçante + bolo diet	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado + fruta	Suco integral + pão integral + creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz integral + feijão + omelete assado + saladada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + saladada	Arroz integral + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe	Arroz integral + feijão + quibe assado + purê de batata	Arroz integral + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco diet + pão integral + doce de fruta diet	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito diet	Mingau de chocolate com leite desnatado + fruta	Leite desnatado com fruta + biscoito diet	Leite desnatado com cereal de milho sem açúcar + banana picada
JANTAR 16:30- 17:00hs	Polenta + frango ao molho + saladada	Arroz carreteiro (arroz integral + carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto de frango (arroz integral + frango + cenoura + batata + 1 legume)
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco diet + biscoito diet	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Leite desnatado com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral + creme vegetal + fruta	Chá com adoçante + pão integral com doce de fruta diet
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz integral + feijão + sobrecoxa desossada + saladada	Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz integral + feijão + frango ao molho + saladada	Arroz integral + Feijão + carne ao molho	Arroz integral + feijão + frango refogado + saladada
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 + pão integral + creme vegetal + queijo	Arroz doce com leite desnatado com adoçante	Suco diet + sanduíche de pão integral + queijo + cenoura + alface
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro (arroz integral + carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz integral + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + saladada	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco diet + pão integral + creme vegetal	Leite desnatado com fruta + biscoito diet	logurte diet + biscoito diet + fruta	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral + creme vegetal + fruta	Pão integral + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo diet + suco polpa com adoçante
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz integral + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz integral + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz integral + feijão + omelete assado + saladada	Arroz integral + feijão + frango refogado + saladada	Macarrão integral + carne moída ensopada + saladada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Vitamina (3 frutas) com leite desnatado + biscoito diet	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado	Leite desnatado com fruta + biscoito diet	Pão integral + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo diet + suco polpa com adoçante
JANTAR 16:30- 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto (arroz integral + frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Arroz carreteiro (arroz integral + carne + batata + cenoura + ervilha partida)
SERVIÇO	30				
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito diet + fruta				
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz integral + feijão + frango refogado + saladada				
MERENDA 14:00- 14:30hs	Canjica com leite desnatado com adoçante				
JANTAR 16:30- 17:00hs	Polenta + carne moída ao molho				

OBS: As saladadas 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 Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal + queijo	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e 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 + fruta	Suco integral + sanduíche de pão sem glúten e sem lactose com queijo cenoura e alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + lentilha + carne moída ensopada + salada	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite de soja com fruta + pão sem glúten e sem lactose + doce de fruta	Chá + pão sem glúten e sem lactose com doce de leite	logurte sem lactose + biscoito sem glúten e sem lactose + fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão sem glúten + carne moída + suco polpa	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Chá + pão sem glúten e sem lactose com doce de leite	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Suco polpa + bolo sem glúten e sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose + fruta	Suco integral + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + pão sem glúten e sem lactose + doce de fruta	Café com leite com 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	Leite de soja com cereal de milho sem glúten + banana picada
JANTAR 16:30- 17:00hs	Polenta + frango ao molho + salada	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto de frango (frango + cenoura + batata + 1 legume)
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sem glúten e sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Leite de soja com cereal de milho sem glúten + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal + fruta	Chá + pão sem glúten e sem lactose com doce de leite
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada	Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + Feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango refogado + salada
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 + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal + queijo	Arroz doce com leite de soja	Suco integral + sanduíche de pão sem glúten e sem lactose + queijo sem lactose + cenoura + alface
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose	logurte sem lactose + biscoito sem glúten e sem lactose + fruta	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten e sem lactose + creme vegetal + fruta	Pão sem glúten e sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem glúten e sem lactose + suco polpa
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Macarrão sem glúten + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose	Pão sem glúten e sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem glúten e sem lactose + suco polpa
JANTAR 16:30- 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)
SERVIÇO	30				
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose + fruta				
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango refogado + salada				
MERENDA 14:00- 14:30hs	Canjica com leite de soja				
JANTAR 16:30- 17:00hs	Polenta + carne moída ao molho				

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) - APLV e sem ovo

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
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	Suco de abacaxi natural + pão sem leite e sem ovo + creme vegetal + fruta	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo + fruta	Suco integral + sanduíche de pão sem leite e sem ovo com cenoura e alface
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + lentilha + carne moída ensopada+ salada	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Leite de soja com fruta + pão sem leite e sem ovo + doce de fruta	Chá + pão sem leite e sem ovo com doce de leite	logurte sem lactose + biscoito sem leite e sem ovo	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite e sem ovo
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão + carne moída + suco	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Chá + pão sem leite e sem ovo com doce de leite	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo	Suco polpa + bolo sem leite e sem ovo	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo + fruta	Suco integral + pão sem leite e sem ovo + creme vegetal
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Suco integral + 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	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Polenta + frango ao molho + salada	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto de frango (frango + cenoura + batata + 1 legume)
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sem leite e sem ovo	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão sem leite e sem ovo + creme vegetal + fruta	Chá + pão sem leite e sem ovo com doce de leite
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada	Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + Feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango refogado + salada
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 + pão sem leite e sem ovo + creme vegetal + queijo sem lactose	Arroz doce com leite de soja	Suco integral + sanduíche de pão sem leite e sem ovo + cenoura + alface
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão sem leite e sem ovo + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite e sem ovo	logurte sem lactose + biscoito sem leite e sem ovo + fruta	Suco de abacaxi natural + pão sem leite e sem ovo + creme vegetal + fruta	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Macarrão + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite e sem ovo	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)
SERVIÇO	30				
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem ovo + fruta				
ALMOÇO 10:30 - 11:00hs	Arroz + feijão + frango refogado + salada				
MERENDA 14:00 - 14:30hs	Canjica com leite de soja				
JANTAR 16:30 - 17:00hs	Polenta + carne moída ao molho				

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) - Awaji - APLV e sem soja

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + pão sem leite e sem soja + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite e sem soja	Suco de abacaxi natural + pão sem leite e sem soja + creme vegetal + fruta	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem soja + fruta	Suco integral + sanduíche de pão sem leite e sem soja com queijo cenoura e alface
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + lentilha + carne moída ensopada+ salada	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + salada	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata
MERENDA 14:00- 14:30hs	Leite de soja com fruta + pão sem leite e sem soja + doce de fruta	Chá + pão sem leite e sem soja com doce de fruta	logurte de soja+ biscoito sem leite e sem soja	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem leite e sem soja	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite e sem soja
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Macarrão + carne moída + suco polpa	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Chá + pão sem leite e sem soja com doce de fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem leite e sem soja	Suco polpa + bolo sem leite e sem soja	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem soja + fruta	Suco integral + pão sem leite e sem soja + creme vegetal
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + Feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + quibe assado + purê de batata	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida
MERENDA 14:00- 14:30hs	Suco integral + pão sem leite e sem soja + doce de fruta	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem soja	Mingau de chocolate com leite de soja + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite e sem soja	Leite de soja com cereal de milho sem açúcar + banana picada
JANTAR 16:30- 17:00hs	Polenta + frango ao molho + salada	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto de frango (frango + cenoura + batata + 1 legume)
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + biscoito sem leite e sem soja	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem soja	Leite de soja com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão sem leite e sem soja + creme vegetal + fruta	Chá + pão sem leite e sem soja com doce de fruta
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada	Arroz integral + feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango ao molho + salada	Arroz + Feijão + carne ao molho	Arroz + feijão + frango refogado + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Chá com leite de soja + biscoito sem leite e sem soja	Leite de soja com fruta + pão sem leite e sem soja + doce de fruta	Café com leite de soja + pão sem leite e sem soja + creme vegetal	Arroz doce com leite de soja	Suco integral + sanduíche de pão sem leite e sem soja + creme vegetal + cenoura + alface
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata)	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Polenta + frango ao molho + salada	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Suco integral + pão sem leite e sem soja + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite e sem soja	logurte de soja + biscoito sem leite e sem soja + fruta	Suco de abacaxi natural + pão sem leite e sem soja + creme vegetal + fruta	Pão sem leite e sem soja + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem leite e sem soja + suco polpa
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + batata cozida	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + omelete assado + salada	Arroz + feijão + frango refogado + salada	Macarrão + carne moída ensopada + salada
MERENDA 14:00- 14:30hs	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem soja	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem leite e sem soja	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem soja	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite e sem soja	Pão sem leite e sem soja + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem leite e sem soja + suco polpa
JANTAR 16:30- 17:00hs	Purê de batata + carne moída ao molho	Risoto (frango + cenoura + batata + 1 legume)	Sopa de frango + mandioca + abóbora + abobrinha	Sopa de feijão + batata + carne + cenoura	Arroz carreteiro (carne + batata + cenoura + ervilha partida)
SERVIÇO	30				
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs	Café com leite de soja + biscoito sem leite e sem soja + fruta				
ALMOÇO 10:30- 11:00hs	Arroz + feijão + frango refogado + salada				
MERENDA 14:00- 14:30hs	Canjica com leite de soja				
JANTAR 16:30- 17:00hs	Polenta + carne moída ao molho				

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 Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Leite com fruta + biscoito doce	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango desfiado + cebola + tomate + fruta	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral	KCAL: 673,17 g CHO: 107,03 g PTN: 21,72 g LIP: 19,34 g
SERVIÇO	Segunda 9	Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + omelete com ervilha partida	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Risoto de frango (2 tipos de legume) + salada + fruta	Vitamina de frutas (3 tipos) + biscoito doce	Arroz + feijão + quibe assado + salada	KCAL: 526,39 g CHO: 73,20 g PTN: 21,46 g LIP: 20,62 g
SERVIÇO	Segunda 16	Terça 17	Quarta 18	Quinta 19	Sexta 20	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Suco integral + bolo de fubá	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	KCAL: 648,47 g CHO: 75,75 g PTN: 26,20 g LIP: 24,97 g
SERVIÇO	Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	Quinta 26	Sexta 27	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
10:00HS 15:00HS	Macarrão + frango ensopado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa	KCAL: 732,33 g CHO: 74,68 g PTN: 27,68 g LIP: 36,71 g
SERVIÇO	Segunda 30	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
10:00HS 15:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + fruta + suco polpa					KCAL: 1214,35 g CHO: 140,21 g PTN: 37,77 g LIP: 59,74 g

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

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

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

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio - Escolas Parciais - diet

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
10:00HS 15:00HS	Arroz integral + feijão + frango refogado + salada + fruta	Leite desnatado com fruta + biscoito diet	Arroz integral + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz integral + feijão carioca + frango desfiado + cebola + tomate + fruta	Macarrão integral + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral
SERVIÇO	Segunda 9	Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13
10:00HS 15:00HS	Arroz integral + feijão + omelete com ervilha partida	Arroz integral + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Risoto de frango (arroz integral + 2 tipos de legume) + salada + fruta	Vitamina de frutas (3 tipos) com leite desnatado + biscoito diet	Arroz integral + feijão + quibe assado + salada
SERVIÇO	Segunda 16	Terça 17	Quarta 18	Quinta 19	Sexta 20
10:00HS 15:00HS	Arroz integral + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Suco diet + bolo diet	Arroz integral + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz integral + feijão + frango ao molho + salada + fruta
SERVIÇO	Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	Quinta 26	Sexta 27
10:00HS 15:00HS	Macarrão integral + frango ensopado + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz integral + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Pão integral + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo diet + suco polpa com adoçante
SERVIÇO	Segunda 30	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
10:00HS 15:00HS	Arroz integral + carne ao molho + polenta + salada + fruta + suco 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 - sem lactose

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 1	Terça 2	Quarta 3	Quinta 4	Sexta 5
10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + omelete com legume	Suco integral + bolo sem lactose	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate + fruta
SERVIÇO	Segunda 8	Terça 9	Quarta 10	Quinta 11	Sexta 12
10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Suco concentrado + sanduíche de pão sem lactose com queijo sem lactose e cenoura e alface + pipoca salgada	Arroz + feijão + quibe assado + salada
SERVIÇO	Segunda 15	Terça 16	Quarta 17	Quinta 18	Sexta 19
10:00HS 15:00HS	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
SERVIÇO	Segunda 22	Terça 23	Quarta 24	Quinta 25	Sexta 26
10:00HS 15:00HS	Leite de soja com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Pão sem lactose + frango desfiado ao molho com cenoura e alface + bolo sem lactose + suco em polpa
SERVIÇO	Segunda 29	Terça 30	Quarta 31	Quinta	Sexta
10:00HS 15:00HS	FERIADO	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + 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
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

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

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio - Escolas Parciais - sem glúten

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 1	Terça 2	Quarta 3	Quinta 4	Sexta 5
10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + omelete com legume	Suco integral + bolo sem glúten	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate + fruta
SERVIÇO	Segunda 8	Terça 9	Quarta 10	Quinta 11	Sexta 12
10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída com cheiro verde e legume + salada + fruta	Arroz + feijão carioca + frango refogado + salada + fruta	Suco concentrado + sanduíche de pão sem glúten com queijo e cenoura e alface + pipoca salgada	Arroz + feijão + quibe assado + salada
SERVIÇO	Segunda 15	Terça 16	Quarta 17	Quinta 18	Sexta 19
10:00HS 15:00HS	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
SERVIÇO	Segunda 22	Terça 23	Quarta 24	Quinta 25	Sexta 26
10:00HS 15:00HS	Leite com cereal de milho sem glúten + banana picada	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Pão sem glúten + frango desfiado ao molho com cenoura e alface + bolo de fubá + suco em polpa
SERVIÇO	Segunda 29	Terça 30	Quarta 31	Quinta	Sexta
10:00HS 15:00HS	FERIADO	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + 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
Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

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

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio - Escolas Parciais - sem glúten e sem lactose

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + frango refogado + 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 desfiado + cebola + tomate + fruta	Macarrão sem glúten + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral
SERVIÇO	Segunda 9	Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13
10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + omelete com ervilha partida	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Risoto de frango (2 tipos de legume) + salada + fruta	Vitamina de frutas (3 tipos) com leite de soja + biscoito sem lactose	Arroz + feijão + quibe assado + salada
SERVIÇO	Segunda 16	Terça 17	Quarta 18	Quinta 19	Sexta 20
10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Suco integral + bolo sem lactose	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta
SERVIÇO	Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	Quinta 26	Sexta 27
10:00HS 15:00HS	Macarrão sem glúten + frango ensopado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Pão sem glúten sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem glúten sem lactose + suco polpa
SERVIÇO	Segunda 30	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
10:00HS 15:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + fruta + suco 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 Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Leite com fruta + biscoito doce	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango desfiado + cebola + tomate + fruta	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral	KCAL: 673,17 g CHO: 107,03 g PTN: 21,72 g LIP: 19,34 g
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Café com leite + biscoito doce + fruta	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta + fruta	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco de abacaxi natural + biscoito salgado	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	KCAL: 556,06 g CHO: 95,04 g PTN: 12,61 g LIP: 10,35 g
SERVIÇO	Segunda 9	Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão + omelete com ervilha partida	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Risoto de frango (2 tipos de legume) + salada + fruta	Vitamina de frutas (3 tipos) + biscoito doce	Arroz + feijão + quibe assado + salada	KCAL: 526,39 g CHO: 73,20 g PTN: 21,46 g LIP: 20,62 g
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco integral + pão + doce de fruta + fruta	Leite com fruta + biscoito salgado integral	Café com leite + biscoito salgado + fruta	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	logurte + biscoito doce integral + fruta	KCAL: 547,53 g CHO: 106,94 g PTN: 11,89 g LIP: 8,66 g
SERVIÇO	Segunda 16	Terça 17	Quarta 18	Quinta 19	Sexta 20	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Suco integral + bolo de fubá	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	KCAL: 648,47 g CHO: 75,75 g PTN: 26,20 g LIP: 24,97 g
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Café com leite + biscoito doce + fruta	Chá + pão + doce de leite + fruta	Suco de abacaxi natural + bolo de laranja + fruta	Leite com fruta + biscoito doce integral	Suco + sanduiche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface	KCAL: 416,14 g CHO: 69,36 g PTN: 8,03 g LIP: 7,30 g
SERVIÇO	Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	Quinta 26	Sexta 27	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
PARCIAL 10:00HS	Macarrão + frango ensopado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa	KCAL: 732,33 g CHO: 74,68 g PTN: 27,68 g LIP: 36,71 g
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Leite com fruta + biscoito doce integral	Suco de abacaxi natural + bolo de fubá + fruta	Café com leite + pão fatiado + creme vegetal + queijo + fruta	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta + fruta	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa	KCAL: 518,30 g CHO: 83,11 g PTN: 12,82 g LIP: 10,71 g
SERVIÇO	Segunda 30	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
PARCIAL 10:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + fruta + suco polpa					KCAL: 1214,35 g CHO: 140,21 g PTN: 37,77 g LIP: 59,74 g
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco de abacaxi natural + biscoito salgado					KCAL: 314,73 g CHO: 58,70 g PTN: 3,35 g LIP: 7,36 g

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

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 Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão + frango refogado + 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 desfiado + cebola + tomate + fruta	Macarrão sem glúten + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral
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	Leite de soja com cereal de milho sem glúten e sem lactose + banana picada	Suco de abacaxi natural + biscoito sem glúten e sem lactose	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose
SERVIÇO	Segunda 9	Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão + omelete com ervilha partida	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Risoto de frango (2 tipos de legume) + salada + fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	Arroz + feijão + quibe assado + salada
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco integral + pão sem glúten e sem lactose + doce de fruta + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose + fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose	logurte sem lactose + biscoito sem glúten e sem lactose + fruta
SERVIÇO	Segunda 16	Terça 17	Quarta 18	Quinta 19	Sexta 20
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Suco integral + bolo sem glúten e sem lactose	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Café com leite de soja + biscoito sem glúten e sem lactose + fruta	Chá + pão sem glúten e sem lactose + doce de leite + fruta	Suco de abacaxi natural + bolo sem glúten e sem lactose + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten e sem lactose	Suco + sanduiche de pão sem glúten e sem lactose + queijo sem lactose + cenoura + alface
SERVIÇO	Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	Quinta 26	Sexta 27
PARCIAL 10:00HS	Macarrão sem glúten + frango ensopado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Pão sem glúten e sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem glúten e sem lactose + suco polpa
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Leite com fruta + biscoito doce integral	Suco de abacaxi natural + bolo de fubá + fruta	Café com leite + pão fatiado + creme vegetal + queijo + fruta	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta + fruta	Pão sem glúten e sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem glúten e sem lactose + suco polpa
SERVIÇO	Segunda 30	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
PARCIAL 10:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + fruta + suco polpa				
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco de abacaxi natural + biscoito sem glúten e sem lactose				

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 - Nácar

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango desfiado + cebola + tomate + fruta	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Café com leite + biscoito doce + fruta	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta + fruta	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco de abacaxi natural + biscoito salgado	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce
SERVIÇO	Segunda 9	Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão + omelete com ervilha partida	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Risoto de frango (2 tipos de legume) + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + quibe assado + salada
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco integral + pão + doce de fruta + fruta	Leite com fruta + biscoito salgado integral	Café com leite + biscoito salgado + fruta	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	logurte + biscoito doce integral + fruta
SERVIÇO	Segunda 16	Terça 17	Quarta 18	Quinta 19	Sexta 20
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Arroz + feijão + frango desfiado + cebola + tomate + fruta	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Café com leite + biscoito doce + fruta	Chá + pão + doce de leite + fruta	Suco de abacaxi natural + bolo de laranja + fruta	Leite com fruta + biscoito doce integral	Suco + sanduiche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface
SERVIÇO	Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	Quinta 26	Sexta 27
PARCIAL 10:00HS	Macarrão + frango ensopado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Leite com fruta + biscoito doce integral	Suco de abacaxi natural + bolo de fubá + fruta	Café com leite + pão fatiado + creme vegetal + queijo + fruta	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta + fruta	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco
SERVIÇO	Segunda 30	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
PARCIAL 10:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + fruta + suco polpa				
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco de abacaxi natural + biscoito salgado				

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

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
PARCIAL 08:00HS	Café com leite + biscoito doce + fruta	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta + fruta	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco de abacaxi natural + biscoito salgado	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce
PARCIAL ESPECIAL 11:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão carioca + frango desfiado + cebola + tomate + fruta	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral
SERVIÇO	Segunda 9	Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13
PARCIAL 08:00HS	Suco integral + pão + doce de fruta + fruta	Leite com fruta + biscoito salgado integral	Café com leite + biscoito salgado + fruta	Suco de abacaxi natural + biscoito salgado	logurte + biscoito doce integral + fruta
PARCIAL ESPECIAL 11:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + omelete com ervilha partida	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Risoto de frango (2 tipos de legume) + salada + fruta	Suco + sanduíche de pão fatiado com queijo e cenoura e alface + pipoca salgada	Arroz + feijão + quibe assado + salada
SERVIÇO	Segunda 16	Terça 17	Quarta 18	Quinta 19	Sexta 20
PARCIAL 08:00HS	Café com leite + biscoito doce + fruta	Chá + pão + doce de leite + fruta	Suco de abacaxi natural + bolo de laranja + fruta	Leite com fruta + biscoito doce integral	Suco + sanduíche de pão fatiado + queijo + cenoura + alface
PARCIAL ESPECIAL 11:00HS 15:00HS	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Arroz + feijão + frango desfiado + cebola + tomate + fruta	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta
SERVIÇO	Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	Quinta 26	Sexta 27
PARCIAL 08:00HS	Leite com fruta + biscoito doce integral	Suco de abacaxi natural + bolo de fubá + fruta	Café com leite + pão fatiado + creme vegetal + queijo + fruta	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta + fruta	Leite com fruta + biscoito doce
PARCIAL ESPECIAL 11:00HS 15:00HS	Macarrão + frango ensopado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco
SERVIÇO	Segunda 30	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
PARCIAL 08:00HS	Suco de abacaxi natural + biscoito salgado				
PARCIAL ESPECIAL 11:00HS 15:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + fruta + suco 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 ovo e sem lactose

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão + frango refogado + 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 desfiado + cebola + tomate + fruta	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral
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	Leite de soja com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco de abacaxi natural + biscoito sem ovo e sem lactose	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose
SERVIÇO	Segunda 9	Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Risoto de frango (2 tipos de legume) + salada + fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	Arroz + feijão + quibe assado + salada
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco integral + pão sem ovo e sem lactose + doce de fruta + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem ovo e sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose + fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem ovo e sem lactose	logurte sem lactose + biscoito sem ovo e sem lactose + fruta
SERVIÇO	Segunda 16	Terça 17	Quarta 18	Quinta 19	Sexta 20
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Suco integral + bolo sem ovo e sem lactose	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Café com leite + biscoito sem ovo e sem lactose + fruta	Chá + pão sem ovo e sem lactose + doce de leite + fruta	Suco de abacaxi natural + bolo sem ovo e sem lactose + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem ovo e sem lactose	Suco + sanduiche de pão sem ovo e sem lactose + queijo sem lactose + cenoura + alface
SERVIÇO	Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	Quinta 26	Sexta 27
PARCIAL 10:00HS	Macarrão + frango ensopado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Pão sem ovo e sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem ovo e sem lactose + suco polpa
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Leite de soja com fruta + biscoito sem ovo e sem lactose	Suco de abacaxi natural + bolo sem ovo e sem lactose + fruta	Café com leite de soja + pão sem ovo e sem lactose + creme vegetal + queijo sem lactose + fruta	Leite de soja com fruta + pão fatiado + doce de fruta + fruta	Pão sem ovo e sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem ovo e sem lactose + suco polpa
SERVIÇO	Segunda 30	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
PARCIAL 10:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + fruta + suco polpa				
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco de abacaxi natural + biscoito sem ovo e sem lactose				

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

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão + frango refogado + 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 desfiado + cebola + tomate + fruta	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral
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	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada	Suco de abacaxi natural + biscoito sem lactose	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose
SERVIÇO	Segunda 9	Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão + omelete com ervilha partida	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Risoto de frango (2 tipos de legume) + salada + fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Arroz + feijão + quibe assado + salada
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco integral + pão sem lactose + doce de fruta + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem lactose + fruta	Vitamina (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	logurte sem lactose + biscoito sem lactose + fruta
SERVIÇO	Segunda 16	Terça 17	Quarta 18	Quinta 19	Sexta 20
PARCIAL 10:00HS	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Suco integral + bolo sem lactose	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Café com leite de soja + biscoito sem lactose + fruta	Chá + pão sem lactose + doce de fruta + fruta	Suco de abacaxi natural + bolo sem lactose + fruta	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Suco + sanduiche de pão sem lactose + queijo sem lactose + cenoura + alface
SERVIÇO	Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	Quinta 26	Sexta 27
PARCIAL 10:00HS	Macarrão + frango ensopado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Pão sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem lactose + suco polpa
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Suco de abacaxi natural + bolo sem lactose + fruta	Café com leite de soja + pão sem lactose + creme vegetal + queijo sem lactose + fruta	Leite de soja com fruta + pão fatiado + doce de fruta + fruta	Pão sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem lactose + suco polpa
SERVIÇO	Segunda 30	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
PARCIAL 10:00HS	Arroz + carne ao molho + polenta + salada + fruta + suco polpa				
PARCIAL ESPECIAL 15:00HS	Suco de abacaxi natural + biscoito sem lactose				

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

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30:00 - 8:30HS	Café com leite + pão + creme vegetal + queijo	Suco polpa + pão de milho + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	Suco polpa + bolo de laranja	Vitamina (3 frutas) + biscoito doce	KCAL: 579,35 g CHO: 105,18 g PTN: 9,49 g LIP: 10,36 g
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Macarrão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada	KCAL: 651,68 g CHO: 81,69 g PTN: 31,68 g LIP: 24,93 g
SERVIÇO	Segunda 9	Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30:00 - 8:30HS	Café com leite + biscoito salgado	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegal	Chá + pão + doce de leite	Café com leite + biscoito doce	Suco integral + sanduíche de pão fatiado + queijo + alface + cenoura	KCAL: 303,01 g CHO: 49,60 g PTN: 6,76 g LIP: 7,68 g
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz integral + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral	KCAL: 721,19 g CHO: 81,71 g PTN: 26,85 g LIP: 33,09 g
SERVIÇO	Segunda 16	Terça 17	Quarta 18	Quinta 19	Sexta 20	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30:00 - 8:30HS	Leite com fruta + biscoito doce	Café com leite + biscoito doce	Suco polpa + bolo de fubá	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal	KCAL: 348,25 g CHO: 53,54 g PTN: 7,70 g LIP: 10,59 g
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão	Arroz + feijão + frango refogado com legume + salada +fruta	KCAL: 809,87 g CHO: 70,99 g PTN: 34,27 g LIP: 35,35 g
SERVIÇO	Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	Quinta 26	Sexta 27	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30:00 - 8:30HS	Café com leite + biscoito doce	Vitamina de frutas (3 tipos) + biscoito doce	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal	logurte de morango + biscoito doce integral + fruta	Suco polpa + pão de centeio + creme vegetal	KCAL: 438,56 g CHO: 76,11 g PTN: 10,86 g LIP: 7,42 g
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa	KCAL: 825,82 g CHO: 122,64 g PTN: 31,65 g LIP: 24,76 g
SERVIÇO	Segunda 30	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30:00 - 8:30HS	Leite com fruta + biscoito doce					KCAL: 351,18 g CHO: 48,89 g PTN: 9,77 g LIP: 11,28 g
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + carne bovina ao molho com ervilhas partida					KCAL: 556,07 g CHO: 56,19 g PTN: 37,30 g LIP: 20,11 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 Ensino Especial - Maria Nely dieta pastosa

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda	1	Terça	2	Quarta	3	Quinta	4	Sexta	5
MERENDA	Sopa de frango (frango + mandioca + beterraba + abobrinha)		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)	
SERVIÇO	Segunda	9	Terça	10	Quarta	11	Quinta	12	Sexta	13
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)		Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	
SERVIÇO	Segunda	16	Terça	17	Quarta	18	Quinta	19	Sexta	20
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)		Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)		Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + abóbora + caldo de feijão)	
SERVIÇO	Segunda	23	Terça	24	Quarta	25	Quinta	26	Sexta	27
MERENDA	Sopa de frango (frango + aletria + mandioca + beterraba + abobrinha)		Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)		Papinha de frango (frango + mandioca + cenoura + caldo de feijão)		Papinha de carne (carne + batata + abóbora + caldo de feijão)		Papinha de frango (frango + batata + chuchu + cenoura + abobrinha)	
SERVIÇO	Segunda	30	Terça		Quarta		Quinta		Sexta	
MERENDA	Sopa de frango (frango + mandioca + beterraba + abobrinha)									

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

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

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

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio Ensino Especial - Eva Cavani e Maria Nely - sem ovo

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Macarrão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada	Arroz + feijão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + quibe assado + salada
SERVIÇO	Segunda 9	Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta + suco integral
SERVIÇO	Segunda 16	Terça 17	Quarta 18	Quinta 19	Sexta 20
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão	Arroz + feijão + frango refogado com legume + salada + fruta
SERVIÇO	Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	Quinta 26	Sexta 27
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta	Arroz + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa
SERVIÇO	Segunda 30	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
MERENDA 10:00HS 15:00HS	Arroz + feijão + carne bovina ao molho com ervilhas partida				

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

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM			-	Fruta	
MERENDA	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Arroz doce	-	Suco polpa + sanduíche de pão fatiado + queijo + alface + cenoura	Chá + pão + doce de leite
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM			-	Fruta	
MERENDA	Suco polpa + pão de cenoura + doce de fruta	Chá com leite + biscoito salgado integral	-	Leite com fruta + biscoito doce	Vitamina de frutas (3 frutas) + biscoito doce
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM			-	Fruta	
MERENDA	Café com leite + biscoito doce	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	-	Leite com fruta + biscoito doce	Sagú
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM			-	Fruta	
MERENDA	Café com leite + biscoito salgado	Chá com leite + biscoito salgado	-	Vitamina de frutas (3frutas) + biscoito doce	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa
SERVIÇO	30				
DESJEJUM					
MERENDA	Leite com fruta + biscoito doce				

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

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal	Vitamina de frutas (3 frutas) + biscoito doce.	Leite com fruta + biscoito doce	Suco polpa + pão de centeio + creme vegetal	KCAL: 329,11 g PTN: 7,47 g CHO: 54,96 g LIP: 6,96 g
ALMOÇO	Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada	Arroz + feijão + quibe assado + salada	KCAL: 600,77 g PTN: 28,39 g CHO: 75,91 g LIP: 25,73 g
MERENDA	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Arroz doce	logurte de morango + biscoito doce integral	Suco polpa + sanduíche de pão fatiado + queijo + alface + cenoura	Chá + pão + doce de leite	KCAL: 397,57 g PTN: 10,83 g CHO: 70,36 g LIP: 7,31 g
SERVIÇO	9	10	11	12	13	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM	Café com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + biscoito doce	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal	Suco polpa + bolo de fubá	Suco + sanduíche de pão fatiado com queijo alface e cenoura	KCAL: 278,17 g PTN: 6,54 g CHO: 43,40 g LIP: 7,99 g
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne bovina ao molho com ervilha partida	Macarrão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Arroz + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco	Risoto de frango (2 tipos de legume) salada + fruta	KCAL: 656,72 g PTN: 23,92 g CHO: 74,22 g LIP: 18,95 g
MERENDA	Suco polpa + pão de cenoura + doce de fruta	Chá com leite + biscoito salgado integral	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Leite com fruta + biscoito doce	Vitamina de frutas (3 frutas) + biscoito doce	KCAL: 342,64 g PTN: 8,18 g CHO: 59,51 g LIP: 8,08 g
SERVIÇO	16	17	18	19	20	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM	Chá + pão + doce de leite	Vitamina de frutas (3 frutas) + biscoito doce	Café com leite + biscoito doce	Café com leite + pão de cenoura + creme vegetal + queijo	Suco polpa + bolo de laranja	KCAL: 348,47 g PTN: 8,12 g CHO: 57,58 g LIP: 8,89 g
ALMOÇO	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate	KCAL: 615,10 g PTN: 26,09 g CHO: 54,08 g LIP: 20,37 g
MERENDA	Café com leite + biscoito doce	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Chá com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + biscoito doce	Sagú	KCAL: 331,51 g PTN: 6,71 g CHO: 58,87 g LIP: 7,86 g
SERVIÇO	23	24	25	26	27	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM	Suco polpa + pão de milho + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	logurte de morango + biscoito doce integral + fruta	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa	KCAL: 375,72 g PTN: 8,77 g CHO: 64,93 g LIP: 5,69 g
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta	KCAL: 769,43 g PTN: 30,84 g CHO: 88,69 g LIP: 33,01 g
MERENDA	Café com leite + biscoito salgado	Chá com leite + biscoito salgado	Canjica	Vitamina de frutas (3frutas) + biscoito doce	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa	KCAL: 404,28 g PTN: 10,47 g CHO: 66,43 g LIP: 10,73 g
SERVIÇO	30					MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM	Café com leite + biscoito doce					KCAL: 341,50 g PTN: 8,32 g CHO: 52,28 g LIP: 10,80 g
ALMOÇO	Arroz + feijão + frango ensopado + salada					KCAL: 580,87 g PTN: 27,55 g CHO: 48,48 g LIP: 30,88 g
MERENDA	Leite com fruta + biscoito doce					KCAL: 325,70 g PTN: 9,31 g CHO: 47,30 g LIP: 10,19 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

#REF!



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM	Leite desnatado com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral + creme vegetal	Vitamina de frutas (3 frutas) com leite desnatado + biscoito salgado.	Leite desnatado com fruta + biscoito salgado integral	Suco em polpa com adoçante + pão integral + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz integral + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz integral + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Arroz integral + feijão + frango ao molho com legumes + salada	Arroz integral + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Leite desnatado com fruta + pão integral+ doce de fruta diet	Arroz integral doce com leite desnatado e adoçante	logurte diet + biscoito salgado integral	Suco em polpa com adoçante + sanduíche de pão integral + queijo + alface + cenoura	Chá com adoçante + pão integral + doce de fruta diet
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM	Café com leite desnatado e adoçante + biscoito salgado integral	Leite desnatado com fruta + biscoito salgado integral	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral + creme vegetal	Suco em polpa com adoçante + bolo diet	Suco em polpa com adoçante+ sanduíche de pão integral com queijo alface e cenoura
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + carne bovina ao molho com ervilha partida	Macarrão integral + frango ao molho + salada + fruta	Arroz integral + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Arroz integral + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco polpa com adoçante	Risoto de frango (arroz integral + 2 tipos de legume) salada + fruta
MERENDA	Suco em polpa com adoçante + pão integral + doce de fruta diet	Chá com leite desnatado e adoçante + biscoito salgado integral	Leite desnatado com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Leite desnatado com fruta + biscoito salgado integral	Vitamina de frutas (3 frutas) com leite desnatado + biscoito salgado integral
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM	Chá com adoçante + pão integral + doce de fruta diet	Vitamina de frutas (3 frutas) com leite desnatado + biscoito salgado integral	Café com leite desnatado e adoçante + biscoito salgado integral	Café com leite desnatado + pão integral + creme vegetal + queijo	Suco em polpa com adoçante + bolo diet
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz integral + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz integral + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate
MERENDA	Café com leite desnatado e adoçante + biscoito salgado integral	Leite desnatado com fruta + pão integral + doce de fruta diet	Chá com leite desnatado com adoçante + biscoito salgado integral	Leite desnatado com fruta + biscoito salgado integral	Sagú com adoçante
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM	Suco em polpa com adoçante + pão integral + creme vegetal	Leite desnatado com fruta + biscoito salgado integral	logurte diet + biscoito salgado integral + fruta	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral + creme vegetal	Pão integral + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo diet + suco em polpa com adoçante
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + carne moída ensopada + macarrão integral	Arroz integral + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz integral + feijão + frango desfiado com cebola e tomate	Macarrão integral + carne moída ao molho + salada + fruta
MERENDA	Café com leite desnatado e adoçante + biscoito salgado	Chá com leite desnatado e adoçante + biscoito salgado integral	Canjica com leite desnatado e adoçante	Vitamina de frutas (3frutas) com leite desnatado + biscoito salgado integral	Pão integral + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo diet + suco em polpa com adoçante
SERVIÇO	30				
DESJEJUM	Café com leite desnatado e adoçante + biscoito salgado integral				
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + frango ensopado + salada				
MERENDA	Leite desnatado com fruta + biscoito salgado integral				

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

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

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

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio Escolas Integrais - sem glúten

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM	Leite com cereal de milho sem glúten + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten + creme vegetal	Vitamina de frutas (3 frutas) + biscoito sem glúten	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Suco polpa + pão sem glúten + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada	Arroz + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Leite com fruta + pão sem glúten + doce de fruta	Arroz doce	logurte de morango + biscoito sem glúten	Suco polpa + sanduíche de pão sem glúten + queijo + alface + cenoura	Chá + pão sem glúten + doce de leite
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM	Café com leite + biscoito sem glúten	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten + creme vegetal	Suco polpa + bolo sem glúten	Suco + sanduíche de pão sem glúten com queijo alface e cenoura
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne bovina ao molho com ervilha partida	Macarrão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Arroz + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco	Risoto de frango (2 tipos de legume) salada + fruta
MERENDA	Suco polpa + pão sem glúten + doce de fruta	Chá com leite + biscoito sem glúten	Leite com cereal de milho sem glúten + banana picada	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Vitamina de frutas (3 frutas) + biscoito sem glúten
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM	Chá + pão sem glúten + doce de leite	Vitamina de frutas (3 frutas) + biscoito sem glúten	Café com leite + biscoito sem glúten	Café com leite + pão sem glúten + creme vegetal + queijo	Suco polpa + bolo sem glúten
ALMOÇO	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate
MERENDA	Café com leite + biscoito sem glúten	Leite com fruta + pão sem glúten + doce de fruta	Chá com leite + biscoito sem glúten	Leite com fruta + biscoito sem glúten	Sagú
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM	Suco polpa + pão sem glúten + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito sem glúten	logurte de morango + biscoito sem glúten + fruta	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten + creme vegetal	Pão sem glúten + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem glúten + suco polpa
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão sem glúten	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate	Macarrão sem glúten + carne moída ao molho + salada + fruta
MERENDA	Café com leite + biscoito sem glúten	Chá com leite + biscoito sem glúten	Canjica	Vitamina de frutas (3frutas) + biscoito sem glúten	Pão sem glúten + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem glúten + suco polpa
SERVIÇO	30				
DESJEJUM	Café com leite + biscoito sem glúten				
ALMOÇO	Arroz + feijão + frango ensopado + salada				
MERENDA	Leite com fruta + biscoito sem glúten				

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
Risotolândia Ind. e Comercio de Alimento:



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio Escolas Integrais - sem lactose

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose + creme vegetal	Vitamina de frutas (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Suco polpa + pão sem lactose + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada	Arroz + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Leite de soja com fruta + pão sem lactose + doce de fruta	Arroz doce com leite de soja	logurte sem lactose + biscoito sem lactose	Suco polpa + sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + alface + cenoura	Chá + pão sem lactose + doce de fruta
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose + creme vegetal	Suco polpa + bolo sem lactose	Suco + sanduíche de pão sem lactose com queijo sem lactose alface e cenoura
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne bovina ao molho com ervilha partida	Macarrão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Arroz + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco	Risoto de frango (2 tipos de legume) salada + fruta
MERENDA	Suco polpa + pão sem lactose + doce de fruta	Chá com leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Vitamina de frutas (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM	Chá + pão sem lactose + doce de fruta	Vitamina de frutas (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Café com leite de soja + pão sem lactose + creme vegetal + queijo sem lactose	Suco polpa + bolo sem lactose
ALMOÇO	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate
MERENDA	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem lactose + doce de fruta	Chá com leite de soja + biscoito sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	Sagú
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM	Suco polpa + pão sem lactose + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose	logurte sem lactose + biscoito sem lactose + fruta	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose + creme vegetal	Pão sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem lactose + suco polpa
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta
MERENDA	Café com leite de soja + biscoito sem lactose	Chá com leite de soja + biscoito sem lactose	Canjica com leite de soja	Vitamina de frutas (3frutas) com leite de soja + biscoito sem lactose	Pão sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem lactose + suco polpa
SERVIÇO	30				
DESJEJUM	Café com leite de soja + biscoito sem lactose				
ALMOÇO	Arroz + feijão + frango ensopado + salada				
MERENDA	Leite de soja com fruta + biscoito sem lactose				

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio Escolas Integrais - sem glúten e sem lactose

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten sem lactose + creme vegetal	Vitamina de frutas (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten sem lactose	Suco polpa + pão sem glúten sem lactose + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada	Arroz + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Leite de soja com fruta + pão sem glúten sem lactose + doce de fruta	Arroz doce com leite de soja	logurte sem lactose + biscoito sem glúten sem lactose	Suco polpa + sanduíche de pão sem glúten sem lactose + queijo sem lactose + alface + cenoura	Chá + pão sem glúten sem lactose + doce de fruta
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM	Café com leite de soja + biscoito sem glúten sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten sem lactose + creme vegetal	Suco polpa + bolo sem glúten sem lactose	Suco + sanduíche de pão sem glúten sem lactose com queijo sem lactose alface e cenoura
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne bovina ao molho com ervilha partida	Macarrão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Arroz + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco	Risoto de frango (2 tipos de legume) salada + fruta
MERENDA	Suco polpa + pão sem glúten sem lactose + doce de fruta	Chá com leite de soja + biscoito sem glúten sem lactose	Leite de soja com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten sem lactose	Vitamina de frutas (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten sem lactose
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM	Chá + pão sem glúten sem lactose + doce de leite	Vitamina de frutas (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten sem lactose	Café com leite de soja + biscoito sem glúten sem lactose	Café com leite de soja + pão sem glúten sem lactose + creme vegetal + queijo sem lactose	Suco polpa + bolo sem glúten sem lactose
ALMOÇO	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate
MERENDA	Café com leite de soja + biscoito sem glúten sem lactose	Leite de soja com fruta + pão sem glúten sem lactose + doce de fruta	Chá com leite de soja + biscoito sem glúten sem lactose	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten sem lactose	Sagú
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM	Suco polpa + pão sem glúten sem lactose + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten sem lactose	logurte sem lactose + biscoito sem glúten sem lactose + fruta	Suco de abacaxi natural + pão sem glúten sem lactose + creme vegetal	Pão sem glúten sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem glúten sem lactose + suco polpa
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão sem glúten	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate	Macarrão sem glúten + carne moída ao molho + salada + fruta
MERENDA	Café com leite de soja + biscoito sem glúten sem lactose	Chá com leite de soja + biscoito sem glúten sem lactose	Canjica com leite de soja	Vitamina de frutas (3frutas) com leite de soja + biscoito sem glúten sem lactose	Pão sem glúten sem lactose + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem glúten sem lactose + suco polpa
SERVIÇO	30				
DESJEJUM	Café com leite de soja + biscoito sem glúten sem lactose				
ALMOÇO	Arroz + feijão + frango ensopado + salada				
MERENDA	Leite de soja com fruta + biscoito sem glúten sem lactose				

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio Escolas Integrais - sem glúten e diet

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM	Leite desnatado com cereal de milho sem glúten + banana picada	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão sem glúten + creme vegetal	Vitamina de frutas (3 frutas) com leite desnatado + biscoito sem glúten	Leite desnatado com fruta + biscoito sem glúten	Suco polpa com adoçante + pão sem glúten + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz integral + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz integral + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Arroz integral + feijão + frango ao molho com legumes + salada	Arroz integral + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Leite desnatado com fruta + pão sem glúten + doce de fruta	Arroz doce com leite desnatado com adoçante	logurte diet + biscoito sem glúten	Suco polpa com adoçante + sanduíche de pão sem glúten + queijo + alface + cenoura	Chá com adoçante + pão sem glúten + doce de fruta diet
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Leite desnatado com fruta + biscoito sem glúten	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão sem glúten + creme vegetal	Suco polpa com adoçante + bolo sem glúten	Suco polpa com adoçante + sanduíche de pão sem glúten com queijo alface e cenoura
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + carne bovina ao molho com ervilha partida	Macarrão integral + frango ao molho + salada + fruta	Arroz integral + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Arroz integral + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco	Risoto de frango (arroz, integral + 2 tipos de legume) salada + fruta
MERENDA	Suco polpa com adoçante + pão sem glúten + doce de fruta	Chá com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Leite desnatado com cereal de milho sem glúten + banana picada	Leite desnatado com fruta + biscoito sem glúten	Vitamina de frutas (3 frutas) com leite desnatado + biscoito sem glúten
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM	Chá com adoçante + pão sem glúten + doce de leite	Vitamina de frutas (3 frutas) com leite desnatado + biscoito sem glúten	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Café com leite desnatado com adoçante + pão sem glúten + creme vegetal + queijo	Suco polpa com adoçante + bolo sem glúten
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz integral + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz integral + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate
MERENDA	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Leite desnatado com fruta + pão sem glúten + doce de fruta	Chá com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Leite desnatado com fruta + biscoito sem glúten	Sagú com adoçante
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM	Suco polpa com adoçante + pão sem glúten + creme vegetal	Leite desnatado com fruta + biscoito sem glúten	logurte diet + biscoito sem glúten + fruta	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão sem glúten + creme vegetal	Pão sem glúten + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem glúten + suco polpa com adoçante
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + carne moída ensopada + macarrão sem glúten	Arroz integral + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz integral + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz integral + feijão + frango desfiado com cebola e tomate	Macarrão sem glúten + carne moída ao molho + salada + fruta
MERENDA	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Chá com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten	Canjica com leite desnatado com adoçante	Vitamina de frutas (3frutas) com leite desnatado + biscoito sem glúten	Pão sem glúten + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem glúten + suco polpa com adoçante
SERVIÇO	30				
DESJEJUM	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito sem glúten				
ALMOÇO	Arroz integral + feijão + frango ensopado + salada				
MERENDA	Leite desnatado com fruta + biscoito sem glúten				

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

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM	Leite de soja com cereal de milho sem lactose + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão sem leite + creme vegetal	Vitamina de frutas (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem leite	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite	Suco polpa + pão sem leite + creme vegetal
ALMOÇO	Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada	Arroz + feijão + quibe assado + salada
MERENDA	Leite de soja com fruta + pão sem leite + doce de fruta	Arroz doce com leite de soja	logurte de soja + biscoito sem leite	Suco polpa + sanduíche de pão sem leite + creme vegetal + alface + cenoura	Chá + pão sem leite + doce de fruta
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM	Café com leite de soja + biscoito sem leite	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite	Suco de abacaxi natural + pão sem leite + creme vegetal	Suco polpa + bolo sem leite	Suco + sanduíche de pão sem leite com creme vegetal alface e cenoura
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne bovina ao molho com ervilha partida	Macarrão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Arroz + feijão + carne ao molho + polenta + salada + suco	Risoto de frango (2 tipos de legume) salada + fruta
MERENDA	Suco polpa + pão sem leite + doce de fruta	Chá com leite de soja + biscoito sem leite	Leite de soja com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite	Vitamina de frutas (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem leite
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM	Chá + pão sem leite + doce de fruta	Vitamina de frutas (3 frutas) com leite de soja + biscoito sem leite	Café com leite de soja + biscoito sem leite	Café com leite de soja + pão sem leite+ creme vegetal	Suco polpa + bolo sem leite
ALMOÇO	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho com cenoura + salada	Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate
MERENDA	Café com leite de soja + biscoito sem leite	Leite de soja com fruta + pão sem leite + doce de fruta	Chá com leite de soja + biscoito sem leite	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite	Sagú
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM	Suco polpa + pão sem leite + creme vegetal	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite	logurte de soja + biscoito sem leite + fruta	Suco de abacaxi natural + pão sem leite + creme vegetal	Pão sem leite + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem leite + suco polpa
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Arroz + feijão + frango desfiado com cebola e tomate	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta
MERENDA	Café com leite de soja + biscoito sem leite	Chá com leite de soja + biscoito sem leite	Canjica com leite de soja	Vitamina de frutas (3frutas) com leite de soja + biscoito sem leite	Pão sem leite + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo sem leite + suco polpa
SERVIÇO	30				
DESJEJUM	Café com leite de soja + biscoito sem leite				
ALMOÇO	Arroz + feijão + frango ensopado + salada				
MERENDA	Leite de soja com fruta + biscoito sem leite				

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio Escolas Integrais - Fenil

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	2	3	4	5	6
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	9	10	11	12	13
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	16	17	18	19	20
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	23	24	25	26	27
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	30				
MERENDA	Leite de arroz + xuky + biscoito fenil				

Patrícia dos Santos Alves

Mat. Funcional nº 7893 Nutricionista CRN 8ª REGIÃO Nº 1781

Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente

Mat. Funcional 11.146-1 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321

Contrato nº 040/2016 Fiscal de Portaria 849/2018

Francieli Medina

CRN 8ª REGIÃO Nº 8302

Coordenadora Operacional

Risotolandia Ind. e Comercio de Alimentos Ltda



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio- Escolas Integrais - Nayá APLV/sem glúten/sem soja/sem corante

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
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	9	10	11	12	13
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	16	17	18	19	20
MERENDA	Chá de erva doce + 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	23	24	25	26	27
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 + 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
SERVIÇO	30				
MERENDA	Suco de uva integral + biscoito sem glúten sem soja sem leite sem corante				

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



MUNICÍPIO DE PARANAGUÁ

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

Cardápio - EJA

Setembro/2019



Segunda	2	Terça	3	Quarta	4	Quinta	5	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
Arroz + feijão carioca + frango desfiado com cebola e tomate + fruta		Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida		Arroz + feijão + frango ensopado com legume + salada + fruta		Arroz + feijão + quibe assado + salada		KCAL: 675,90 g CHO: 76,46 g PTN: 36,25 g LIP: 28,79 g
Segunda	9	Terça	10	Quarta	11	Quinta	12	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado		Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada		Macarrão + carne moída refogada + salada + fruta + suco polpa		Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada + fruta		KCAL: 508,21 g CHO: 60,37 g PTN: 20,99 g LIP: 18,62 g
Segunda	16	Terça	17	Quarta	18	Quinta	19	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
Arroz + feijão carioca + sobrecoxa desossada + salada + fruta		Arroz + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta		Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta		Macarrão parafuso + frango ao molho + salada + fruta		KCAL: 775,93 g CHO: 87,58 g PTN: 38,65 g LIP: 28,77 g
Segunda	23	Terça	24	Quarta	25	Quinta	26	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
Arroz integral + feijão + carne ao molho com cenoura + salada + fruta		Risoto de frango (2 legumes) + salada + fruta		Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta		Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa		KCAL: 749,36 g CHO: 92,97 g PTN: 29,83 g LIP: 26,23 g
Segunda	30	Terça		Quarta		Quinta		MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta								KCAL: 844,00 g CHO: 108,86 g PTN: 37,11 g LIP: 31,46 g

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

Patrícia dos Santos Alves

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 Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
MANHÃ TARDE	Suco + biscoito	Achocolatado + fruta	Suco + pão + creme vegetal	Achocolatado + barrinha de cereal	Suco + pão + creme vegetal
SERVIÇO	Segunda 9	Terça 10	Quarta 11	Quinta 12	Sexta 13
MANHÃ TARDE	Achocolatado + biscoito	Suco + fruta	Achocolatado + pão + creme vegetal	Suco + barrinha de cereal	Achocolatado + pão + creme vegetal
SERVIÇO	Segunda 16	Terça 17	Quarta 18	Quinta 19	Sexta 20
MANHÃ TARDE	Suco + barrinha de cereal	Achocolatado + fruta	Suco + pão + creme vegetal	Achocolatado + biscoito	Suco + pão + creme vegetal
SERVIÇO	Segunda 23	Terça 24	Quarta 25	Quinta 26	Sexta 27
MANHÃ TARDE	Suco + barrinha de cereal	Achocolatado + fruta	Achocolatado + pão + creme vegetal	Suco + biscoito	Suco + pão + creme vegetal
SERVIÇO	Segunda 30	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
MANHÃ TARDE	Achocolatado + 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
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 PARANAGUA

Secretaria Municipal de Educação e Ensino Integral

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



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5	Sexta 6
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					
MERENDA 14:00- 14:30hs					
JANTAR 16:30- 17:00hs	Risoto (arroz integral + frango + cenoura)	Sopa de feijão (macarrão integral + feijão + carne)	Canja (arroz integral + frango + abobrinha)	Macarrão integral + carne moída + suco polpa com adoçante	Sopa de frango (macarrão integral + abóbora + abobrinha + frango)
SERVIÇO	9	10	11	12	13
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					
MERENDA 14:00- 14:30hs					
JANTAR 16:30- 17:00hs	Sopa de feijão (macarrão integral + feijão + carne)	Arroz carreteiro (arroz integral + carne + cenoura)	Sopa de frango (macarrão integral + abóbora + abobrinha + frango)	Macarrão integral + carne moída	Risoto (arroz integral + frango + cenoura)
SERVIÇO	16	17	18	19	20
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					
MERENDA 14:00- 14:30hs					
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro (arroz integral + carne + cenoura)	Canja (arroz integral + frango + abobrinha)	Sopa de feijão (macarrão integral + feijão + carne)	Macarrão integral + carne moída	Sopa de frango (macarrão integral + abóbora + abobrinha + frango)
SERVIÇO	23	24	25	26	27
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					
MERENDA 14:00- 14:30hs					
JANTAR 16:30- 17:00hs	Arroz carreteiro (arroz integral + carne + cenoura)	Risoto (arroz integral + frango + cenoura)	Sopa de frango (macarrão integral + abóbora + abobrinha + frango)	Sopa de feijão (macarrão integral + feijão + carne)	Arroz carreteiro (arroz integral + carne + cenoura)
SERVIÇO	30				
DESJEJUM 07:30 - 08:00hs					
ALMOÇO 10:30- 11:00hs					
MERENDA 14:00- 14:30hs					
JANTAR 16:30- 17:00hs	Macarrão integral + carne moída				

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 Integrais - Edite Lobo

Setembro/2019



SERVIÇO	Segunda 2	Terça 3	Quarta 4	Quinta 5
DESJEJUM	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Suco de abacaxi natural + pão + creme vegetal	Vitamina de frutas (3 frutas) + biscoito doce.	Leite com fruta + biscoito doce
ALMOÇO	Arroz + feijão + omelete assado + legume refogado	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho com cheiro verde e legume + salada + fruta	Arroz + feijão + frango ao molho com legumes + salada
MERENDA	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Arroz doce	logurte de morango + biscoito doce integral	Suco polpa + sanduíche de pão fatiado + queijo + alface + cenoura
SERVIÇO	9	10	11	12
DESJEJUM	Café com leite + biscoito salgado	Leite com fruta + biscoito doce	Suco polpa + bolo de fubá	Suco + sanduíche de pão fatiado com queijo alface e cenoura
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne bovina ao molho com ervilha partida	Macarrão + frango ao molho + salada + fruta	Arroz + feijão + peixe ao molho + pirão de peixe + salada	Risoto de frango (2 tipos de legume) salada + fruta
MERENDA	Suco polpa + pão de cenoura + doce de fruta	Chá com leite + biscoito salgado integral	Leite com cereal de milho sem açúcar + banana picada	Vitamina de frutas (3 frutas) + biscoito doce
SERVIÇO	16	17	18	19
DESJEJUM	Chá + pão + doce de leite	Vitamina de frutas (3 frutas) + biscoito doce	Café com leite + biscoito doce	Café com leite + pão de cenoura + creme vegetal + queijo
ALMOÇO	Arroz + feijão + sobrecoxa desossada + salada + fruta	Arroz + feijão + carne bovina com ervilha partida	Arroz + feijão + barreado + farinha de mandioca + fruta	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho com cenoura + salada
MERENDA	Café com leite + biscoito doce	Leite com fruta + pão fatiado + doce de fruta	Chá com leite + biscoito salgado	Sagú
SERVIÇO	23	24	25	26
DESJEJUM	Suco polpa + pão de milho + creme vegetal	Leite com fruta + biscoito doce	logurte de morango + biscoito doce integral + fruta	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa
ALMOÇO	Arroz + feijão + carne moída ensopada + macarrão	Arroz + feijão + frango refogado + salada + fruta	Arroz + feijão + carne moída ao molho + polenta + salada	Macarrão + carne moída ao molho + salada + fruta
MERENDA	Café com leite + biscoito salgado	Chá com leite + biscoito salgado	Canjica	Pão + frango desfiado ao molho + cenoura + alface + bolo de laranja + suco polpa
SERVIÇO	30			
DESJEJUM	Café com leite + biscoito doce			
ALMOÇO	Arroz + feijão + frango ensopado + salada			
MERENDA	Leite com fruta + biscoito doce			

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