

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

PREFEITURA DE  
PARANAGUÁ  
CIDADE MÃE DO PARANÁ

CARDÁPIO PARCIAL ESPECIAL  
FEVEREIRO/2022

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL

HORÁRIO	SEGUNDA 07/02	TERÇA 08/02	QUARTA 09/02	QUINTA 10/02	SEXTA 11/02	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
10:00	Macarrão parafuso Frango ao molho desfiado Salada de beterraba Laranja	Iogurte de morango + biscoito salgado integral + maçã	Arroz, Feijão carioca Peixe ao molho Pirão do molho de peixe Salada de tomate	Arroz, Feijão preto Carne moída c/cenoura e abobrinha Salada alface Banana	Arroz integral, Feijão carioca Omelete assado, Abobrinha c/ cenoura refogados Melancia	KCAL	508,4	Kcal	CA	200,5	mg
						CHO	88,4	g	FE	2,7	mg
						PTN	20,0	g	VIT. A	296,8	mcg
						LIP	9,6	g	VIT. C	47,1	mg
15:00	Café c/ leite+ biscoito salgado integral + maçã	Suco integral uva, sanduiche de pão fatiado + queijo	Salada de frutas( laranja, maçã e manga) com azeite	Iogurte de morango + biscoito doce integral + banana	Suco integral uva + pão de leite + manteiga						
HORÁRIO	SEGUNDA 14/02	TERÇA 15/02	QUARTA 16/02	QUINTA 17/02	SEXTA 18/02	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
10:00	Macarrão com molho de carne moída Salada de Repolho Maçã	Arroz, Feijão preto Frango ao molho Salada de Repolho Melão	Leite c/ maçã + bolo de laranja	Arroz, Feijão carioca Sobrecoca ao molho com cenoura Salada de Vagem c/ Tomate Melancia	Arroz, Feijoada c/ cubos de carne bovina, farinha de mandioca Laranja	KCAL	499,6	Kcal	CA	227,8	mg
						CHO	78,0	g	FE	2,7	mg
						PTN	22,3	g	VIT. A	83,8	mcg
						LIP	12,1	g	VIT. C	80,1	mg
15:00	Chá c/ leite + biscoito salgado integral + laranja	Suco integral de laranja + pão integral com requeijão	Café com leite + pão de leite + queijo + margarina	Vitamina de frutas(banana, mamão) + biscoito doce integral	Leite c/ maçã + bolo de laranja						
HORÁRIO	SEGUNDA 21/02	TERÇA 22/02	QUARTA 23/02	QUINTA 24/02	SEXTA 25/02	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
10:00	Arroz, Feijão carioca Omelete assado, Abobrinha c/ cenoura refogados Maçã	Arroz, Feijão preto Frango ao molho Salada de Rúcula Banana	Arroz, Feijão carioca Carne bovina ao molho c/ mandioca Salada de Alface Melão	Risoto de frango (batata, cenoura, milho frango) Salada de Tomate Laranja	Suco integral de uva pão com frango desfiado ao molho alface, cenoura ralada bolo de laranja	KCAL		Kcal	CA	191,2	mg
						CHO	566,9	g	FE	3,5	mg
						PTN	27,3	g	VIT. A	69,3	mcg
						LIP	11,8	g	VIT. C	60,4	mg
15:00	Café c/ leite+ biscoito salgado integral + laranja	Chá c/ leite + pão de leite + manteiga	Leite c/ banana+ biscoito polvilho salgado	Café c/ leite + biscoito salgado integral + melão	Suco integral de uva pão com frango desfiado ao molho alface, cenoura ralada						
HORÁRIO	SEGUNDA 28/02					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
10:00	Arroz, Feijão, Carne moída ao molho, Polenta, Salada de Repolho Melão					KCAL	683,4	Kcal	CA	271,6	mg
						CHO	111,7	g	FE	4,3	mg
						PTN	30,4	g	VIT. A	87,8	mcg
						LIP	13,9	g	VIT. C	19,7	mg
15:00	Chá c/ leite + biscoito salgado integral + maçã										

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

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente  
Mat. Funcional 11.146 CRN 8º REGIÃO N° 2321  
Contrato n° 070/2021

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