

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



CARDÁPIO PARCIAL ALERGIA

MÚLTIPLA

MARÇO/2022



HORÁRIO	SEGUNDA 28/02	TERÇA 01/03	QUARTA 02/03	QUINTA 03/03	SEXTA 04/03	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						KCAL	CHO	PTN	LIP
10h				Leite s/ lactose com fruta maça +Bolo cenoura sem cobertura s/ lactose e s/ ovos	Arroz integral, Feijão Carioca	352,2	59,1	21,1	3,7
15h					Carne moída refogada s/ tomate	56,8	2,6	2,4	
					Abobrinha c/ cenoura refogados Melancia	40,5			
HORÁRIO	SEGUNDA 07/03	TERÇA 08/03	QUARTA 09/03	QUINTA 10/03	SEXTA 11/03	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						KCAL	CHO	PTN	LIP
10h	Arroz, feijão preto, Frango (salsami) grelhado	Arroz feijão carioca, Quibe assado	Macarrão parafuso, Frango desfiado s/ tomate	Arroz, feijão Carioca Sobrecoca assada	Arroz, Feijoadá c/ cubos de carne bovina, farinha de mandioca	298,7	50,8	16,3	3,6
15h	Salada de cenoura Maça	Salada de Repolho Maço	Salada de Alfaca Mamão	Salada de Vagem c/ cenoura e Melancia	Laranja	67,3	2,1	11,7	
HORÁRIO	SEGUNDA 14/03	TERÇA 15/03	QUARTA 16/03	QUINTA 17/03	SEXTA 18/03	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						KCAL	CHO	PTN	LIP
10h	Suco integral de uva + Pipoca	Arroz integral, Feijão Preto	Arroz, Feijão Carioca	Arroz, Feijão Preto, Bolinho de carne, Abóbora refogada	Arroz, feijão carioca, Frango refogado c/ batata e abobrinha, salada de cenoura e alface e laranja	347,56,2	56,7	18,6	5,7
15h	Salgada + laranja	Frango refogado s/ tomate Chuchu refogado Banana	Salada de mandioca c/ mandioca Salada de Alfaca Maço			402,7	2,6	16,4	
HORÁRIO	SEGUNDA 21/03	TERÇA 22/03	QUARTA 23/03	QUINTA 24/03	SEXTA 25/03	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						KCAL	CHO	PTN	LIP
10h	Arroz, Feijão carioca, Carne moída refogada s/ tomate, Polenta, Salada de Repolho c/ tomate	Arroz, feijão preto, Barreado, Farinha de mandioca	Arroz, Feijão carioca, Frango refogado s/ tomate Jardineira de legumes (batata salsa, vagem, cenoura) Laranja	Arroz, Feijão Preto, Bolinho de carne, Salada de azeite + Melancia	Suco integral de uva + pão com frango refogado, alface, cenoura e bolo de laranja s/ lactose e s/ ovos	399,1	66,6	20,9	4,7
15h	Maço	Banana				56,9	4,1	1,2	
HORÁRIO	SEGUNDA 28/03	TERÇA 29/03	QUARTA 30/03	QUINTA 31/03	SEXTA 01/04	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
						KCAL	CHO	PTN	LIP
10h	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) s/ tomate	Arroz, Feijão Carioca, Sobrecoca, Creme de Milho s/ lactose, Abobrinha e cenoura	Arroz, Feijão Preto Carne c/ mandioca Salada de Alfaca Banana	Leite s/ lactose com fruta mamão + bolo de laranja s/ lactose s/ ovos					
15h	Salada de Azeite Laranja	Maço							

ALERGIA AOS ALIMENTOS: TOMATE, FRUTOS DO MAR, LEITE E OVOS, CASTANHA E NOZES

MARIA LUIZA CORDEIRO DE SOUZA/Escola Camões

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

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

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