

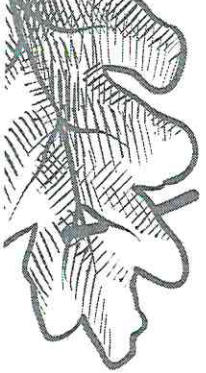


PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
DEPARTAMENTO ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ENSINO ESPECIAL SEM LACTOSE
AGOSTO/2022



HORÁRIO	SEGUNDA 01/08	TERÇA 02/08	QUARTA 03/08	QUINTA 04/08	SEXTA 05/08	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
						KCAL	521,2 Kcal	CA	142,36 mg	
07:30 - 08:00H DESJEJUM	Café com leite s/ lactose + Biscoito polvilho s/ lactose + mamão	Leite s/ lactose com banana + Bolo de cenoura sem cobertura s/ lactose	Suco de Abacaxi Natural + Pão s/ lactose c/ ovo mexido + tangerina	Vitamina de Frutas c/ leite s/ lactose (banana + abacate) + Biscoito doce integral s/ lactose	Chá com leite s/ lactose + Pão s/ lactose com manteiga s/ lactose	CHO	57,9 g	FE	13,16 mg	
10:30 - 11:00H ALMOÇO	Arroz integral + Feijão preto + Frango ao molho c/ abobrinha e cenoura + Salada de repolho + Melancia	Arroz + Feijão carioca + Peixe ao molho + Pirão do molho de peixe + Salada de pepino c/ tomate	Arroz + Feijão preto + Carne bovina ao molho com mandioca + Salada de Alface + Laranja	Arroz + Feijão carioca + Frango assado (sobrecoca) + Milho, Ervilha e Cenoura refogados + Maçã	Arroz + Feijão preto + Carne moída ao molho + Polenta + Salada de brócolis c/ couve flor + Mamão	PTN	43,9 g	VIT. A	205,90 mcg	
						LIP	12,8 g	VIT. C	200,10 mg	
HORÁRIO	SEGUNDA 08/08					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
07:30 - 08:00H DESJEJUM	Café c/ leite s/ lactose + Biscoito salgado integral s/ lactose + tangerina	Suco integral de maçã + Bolo de fubá s/ lactose + banana	lojure de morango s/ lactose + Biscoito doce integral s/ lactose + banana	Chá com leite s/ lactose + Pão s/ lactose com manteiga s/ lactose	Suco integral de uva + Sanduíche de pão fatiado s/ lactose c/ queijo s/ lactose, tomate e alface	KCAL	530,5 Kcal	CA	122,74 mg	
10:30 - 11:00H ALMOÇO	Arroz + Feijão preto + Carne (cubos/síscas) ao molho + Purê de batatas s/ leite + Salada de beterraba	Arroz + Feijão carioca + Ovos mexidos + Abóbora refogada + Laranja	Macarrão parafuso + Frango desfiado ao molho + Salada de brócolis + Tangerina	Arroz + Feijão carioca + Barreado + Farinha de mandioca + Salada de tomate c/ cebola + Banana	Arroz + Feijão preto + Sobrecoca ao molho c/ cenoura + Salada de Couve-flor c/ tomate + Maçã	CHO	55,0 g	FE	12,80 mg	
						PTN	39,0 g	VIT. A	203,10 mcg	
						LIP	11,6 g	VIT. C	247,89 mg	
HORÁRIO	SEGUNDA 15/08					SEGUNDA 16/08				
07:30 - 08:00H DESJEJUM	Chá com leite s/ lactose + biscoito polvilho s/ lactose + melão									
10:30 - 11:00H ALMOÇO	Arroz + Feijão preto + Frango ao molho + Jardineira de legumes (batata salsa, cenoura e chuchu) + Tangerina									



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

Lígia Márcia Pineda Faria Virente
Mat. Funcional 17446 CRN 8º REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 070/2021

Camile Cosentino de Carvalho
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102
Contrato nº 070/2021

Bruna Rosalinski de Borba
CRN 8º REGIÃO 13.128
Coordenadora Operacional
SEPAT MULTI SERVICE

