



PREFEITURA DE
PARANAGUÁ
Cidade Mãe do Paraná

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

CARDÁPIO INTEGRAL SEM CORANTE, PEIXE E OLEOGINOSAS
AGOSTO/2022



HORÁRIO	SEGUNDA 01/08	TERÇA 02/08	QUARTA 03/08	QUINTA 04/08	SEXTA 05/08	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
07:30 - 08:00H DESJEJUM	Café com leite + Biscoito polvilho + mamão	Leite com banana + Bolo de cenoura sem cobertura	Suco de Abacaxi Natural + Pão c/ ovo mexido + tangerina	Vitamina de Frutas (banana + abacate) + Biscoito doce integral	Chá com leite + Pão com manteiga	KCAL 521,2 Kcal CHO 57,9 g FE 13,16 mg
10:30 - 11:00H ALMOÇO	Aroz + Feijão preto + Frango ao molho c/ abobrinha e cenoura + Salada de repolho + Melancia	Aroz + Feijão carioca + Cubos de carne ao molho + Purê de batatas + Salada de pepino c/ tomate	Aroz + Feijão preto + Carne bovina ao molho com mandioca + Salada de Alface + Laranja	Aroz + Feijão carioca + Frango assado (sobrecoca) + Creme de milho + Maçã	Aroz + 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
14:00 - 14:30H LANCHE	Suco Integral de Maçã + Pão integral c/ requeijão	Chá c/ leite + biscoito salgado integral+ melão picado	Salada de frutas (mamão, manga e melão) com aveia	Café c/ leite + Pão fatiado c/ queijo e margarina	logurte natural + Biscoito doce integral + Banana	
HORÁRIO	SEGUNDA 08/08	TERÇA 09/08	QUARTA 10/08	QUINTA 11/08	SEXTA 12/08	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
07:30 - 08:00H DESJEJUM	Café c/ leite + Biscoito salgado integral + tangerina	Suco integral de maçã + Bolo de fubá + Banana	logurte natural + Biscoito doce integral + banana	Chá com leite + Pão com manteiga	Suco integral de uva + Sanduiche de pão fatiado c/ queijo, tomate e alface	KCAL 530,5 Kcal CHO 55,0 g FE 12,80 mg
10:30 - 11:00H ALMOÇO	Aroz + Feijão preto + Carne (cubos/fiscas) ao molho + Purê de batatas + Salada de beterraba	Aroz + Feijão carioca + Ovos mexidos + Abóbora relogada + Laranja	Macarrão parafuso + Frango desfiado ao molho + Salada de brócolis + Tangerina	Aroz + Feijão carioca + Barrado + Farinha de mandioca + Salada de tomate c/ cebola + Banana	Aroz + Feijão preto + Sobrecoca ao molho c/ cenoura + Salada de Couve- flor c/ tomate + Maçã	PTN 39,0 g VIT. A 203,10 mcg LIP 11,6 g VIT. C 247,89 mg
14:00 - 14:30H LANCHE	Suco integral de uva + Sanduiche de pão fatiado c/ queijo, tomate e alface	Vitamina de Frutas (banana + mamão) + Biscoito doce integral	Suco de Abacaxi Natural + Pão c/ ovo mexido + Melancia	Café c/ leite + Biscoito salgado integral + Tangerina	Mingau de aveia com banana	
HORÁRIO	SEGUNDA 15/08	TERÇA 16/08	QUARTA 17/08	QUINTA 18/08	SEXTA 19/08	
07:30 - 08:00H DESJEJUM	Chá com leite + biscoito polvilho + melão					
10:30 - 11:00H ALMOÇO	Aroz + Feijão preto + Frango ao molho + Jardineira de legumes (batata salada, cenoura e chuchu) + Tangerina					
14:00 - 14:30H LANCHE	Café com leite + Pão fatiado + queijo + margarina					

Dieta: ALERGIA MÚLTIPLA: CORANTES, PEIXE E OLEOGINOSAS

Aluno: Bernardo Henrique Batista Lopes, Francisca

Observações: Biscoitos não devem conter traços de oleaginosas (castanhas, nozes, amêndoas, amendoim)

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

Ligia Maria de Faria Vicente
Mat. Funcional nº 746 CRN 8º REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 070/2021

Gamile Consuelo 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