

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

ABRIL/2022

HORARIO	SEGUNDA 28/03	TERÇA 29/03	QUARTA 30/03	QUINTA 31/03	SEXTA 01/04	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
07: 30 - 08: 00 H DESJEJUM					Café com leite vegetal + biscoito salgado s/ leite + mamão Picado	KCAL 395,1 Kcal CA 75,85 mg
10: 30 11:00 H ALMOÇO					Risoto de frango (batata, cenoura milho frango) + Salada de beterraba + Melão	CHO 53,2 g FE 6,33 mg
14 :00 14:30 H LANCHE					Chá c/ leite vegetal + Biscoito de polvilho s/ leite + Melão picado	PTN 14,2 g VIT. A 122,32 mcg
						LIP 6,4 g VIT. C 41,21 mg
HORARIO	SEGUNDA 04/04	TERÇA 05/04	QUARTA 06/04	QUINTA 07/04	SEXTA 08/04	
07: 30 - 08: 00 H DESJEJUM	Café c/ leite vegetal + biscoito salgado s/ leite + Maçã	Suco integral de laranja + pão integral s/ leite com creme vegetal	Salada de frutas (maçã, manga e laranja) com aveia.	Suco integral de uva + Biscoito doce integral s/ leite + Banana	Leite vegetal com maçã + Bolo de cenoura s/ leite e s/ cobertura	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:30 11:00 H ALMOÇO	Aroz + Feijão preto + Carne Bovina c/ mandioca + Salada de Alface + Caqui	Aroz + Feijão carioca + Ovo mexidos + Abóbora refogada + Maçã	Aroz integral + Feijão preto + Sobrecoxa ao molho c/ cenoura + Salada de repolho + Laranja	Aroz + Feijão carioca + Barreado + Farinha de mandioca + Salada de tomate c/ cebola + Banana	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + Salada de beterraba + Goiaba	KCAL 389,7 Kcal CA 174,32 mg
14 :00 14:30 H LANCHE	Suco Integral de Uva + Sanduiche de pão fatiado s/ leite c/ creme vegetal , tomate e alface	Vitamina de Frutas c/ leite vegetal (banana + mamão) + Biscoito doce integral s/ leite	Leite vegetal com maçã + Bolo de cenoura s/ cobertura s/ leite	Café c/ leite vegetal + biscoito salgado s/ leite + Caqui	Suco de Abacaxi Natural + Pão s/ leite c/ ovo + Mamão picado	CHO 61,3 g FE 13,00 mg
						PTN 21,6 g VIT. A 13,65 mcg
						LIP 10,6 g VIT. C 33,69 mg
HORARIO	SEGUNDA 11/04	TERÇA 12/04	QUARTA 13/04	QUINTA 14/04	SEXTA 15/04	
07: 30 - 08: 00 H DESJEJUM	Café com leite vegetal + biscoito polvilho s/ leite +mamão	Leite vegetal com banana+bolo de cenoura sem cobertura s/ leite	Vitamina de Frutas c/ leite vegetal (maçã + mamão) + Biscoito doce integral sem leite	Suco Integral de Uva + Sanduiche de pão fatiado s/ leite c/ frango desfiado ao molho, tomate e alface		
10:30 11:00 H ALMOÇO	Aroz integral + Feijão preto + Frango ao molho com abobrinha e cenoura + Salada de Repollo + Melancia	Aroz + Feijão carioca + Peixe ao molho + Pião do molho do peixe + Salada de tomate c/ cenoura + Mamão	Aroz + Feijão preto + Frango grelhado (sassam) + Salada de Alface + Goiaba	Aroz + Feijão carioca + Carne moída c/ abóbora e abobrinha + Salada de alface + Maçã	FERRADO	KCAL 352,2 Kcal CA 49,70 mg
14 :00 14:30 H LANCHE	Leite vegetal c/ maçã + Biscoito doce integral s/ leite + Melancia	Suco integral de Laranja + Pão integral s/ leite c/ creme vegetal	Suco Integral de Maçã + Bolo de Fubá s/ leite + Goiaba	Suco Integral de Uva + Sanduiche de pão fatiado s/ leite c/ frango desfiado ao molho, tomate e alface		CHO 58,7 g FE 13,21 mg
						PTN 32,5 g VIT. A 334,85 mcg
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL

Patrícia dos Santos Alves
 Mat Funcional nº7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781
 Contrato nº 070/2021

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
funcional 1.1.146 CRN 8º REGIAO N° 2321
Contrato n° 070/2021

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

SECRETARÍA MUNICIPAL DE EDUCACIÓN E ENSINO INTEGRAL

**CARDÁPIO INTEGRAL APLV E ALERGIA
MÚLTIPLA PARTE 2
ABRIL/2022**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL

Aluno: Felipe Esteve, Nayá

9

[illegible]

Patrícia dos Santos Alves
 Mat Funcional nº7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781
 Contrato nº 070/2021

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8º REGIAO N° 2321
Contrato nº 070/2021

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