

PREFEITURA DE PARANAGUA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
DEPARTAMENTO ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO EVA DISLIPIDEMIA PARTE 1
ABRIL/2022

HORÁRIO	SEGUNDA 28/03	TERÇA 29/03	QUARTA 30/03	QUINTA 31/03	SEXTA 01/04	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30h - 8:00h					Chá c/ leite + Biscoito de polvilho + Marmão picado	KCAL 314,2 Kcal CHO 43,0 g PTN 12,4 g LIP 4,6 g
MANHÃ 10:00h 15:00h					Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) + Salada de beterraba + Melão	CA 68,21 mg FE 4,14 mg VIT. A 121,30 mcg VIT. C 39,58 mg
HORÁRIO	SEGUNDA 04/04	TERÇA 05/04	QUARTA 06/04	QUINTA 07/04	SEXTA 08/04	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30h - 8:00h	Suco Integral de Uva + Sanduíche de pão fatiado integral c/ queijo, tomate e alface	Vitamina de Frutas (maçã + mamão) + Biscoito doce integral	Leite com maçã + Bolo de cenoura s/ cobertura diet	Doce de leite + Biscoito doce integral + Banana	Chá com leite + Pão integral c/ manteiga	KCAL 1753,2 Kcal CHO 47,1 g PTN 193,8 g LIP 98,7 g
MANHÃ/TARDE 10:00h 15:00h	Arroz integral + Feijão preto + Carne Bovina c/ mandioca + Salada de Alface + Maçã	Arroz integral + Feijão carioca + Ovo mexidos + Abóbora refogada + Caqui	Arroz integral + Feijão preto + Sobrecoxa ao molho c/ cenoura + Salada de escarola c/ beterraba + Laranja	Arroz integral + Feijão carioca + Barreado + Farinha de mandioca + Salada de tomate c/ cebola + Banana	Macarrão parafuso integral, frango ao molho desfiado, salada de beterraba, Goiaba	CA 163,21 mg FE 12,53 mg VIT. A 521,88 mcg VIT. C 21,20 mg
HORÁRIO	SEGUNDA 11/04	TERÇA 12/04	QUARTA 13/04	QUINTA 14/04	SEXTA 15/04	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30h - 8:00h	Café com Leite + Biscoito Salgado Integral + Melão picado	Suco Integral de Laranja + Pão integral c/ requeijão	Suco integral de uva + Pipoca salgada + Goiaba	Vitamina de frutas (banana e mamão) + Biscoito doce integral		KCAL 1071,2 Kcal CHO 53,7 g PTN 17,2 g LIP 44,6 g
MANHÃ/TARDE 10:00h 15:00h	Arroz integral + Feijão preto + Frango ao molho com abobrinha e cenoura + Salada de Repolho + Melancia	Arroz integral + Feijão carioca + Peixe ao molho + Pirão do molho do peixe + Salada de beterraba + Marmão	Arroz integral + Feijão preto + Frango grelhado (sassarri) + Salada de Alface + Tangerina	Suco Integral de Uva + Sanduíche de pão fatiado integral c/ queijo, tomate e alface		CA 48,01 mg FE 12,13 mg VIT. A 333,28 mcg VIT. C 182,19 mg
					FERIADO	
					FERIADO	
					FERIADO	

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

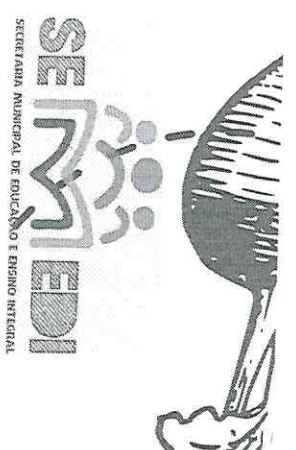
Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 070/2021

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



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

CARDÁPIO EVA DISLIPIDEMIA PARTE 2
ABRIL/2022

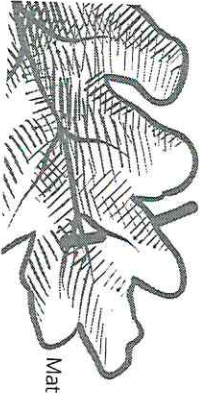


HORARIO	SEGUNDA 18/04	TERÇA 19/04	QUARTA 20/04	QUINTA 21/04	SEXTA 22/04	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
						KCAL	1001,5	Kcal	CA	63,48	mg
DESJEJUM 7:30h - 8:00h	Salada de frutas (maçã, manga e laranja) com aveia	Suco Integral de Maçã + Bolo de Fubá diet + Manga	Café com Leite + Pão integral c/ queijo e margarina	FERIADO	RECESSO	CHO	53,2	g	FE	13,16	mg
						PTN	228,6	g	VT. A	182,51	mcg
						LIP	39,7	g	VT. C	62,92	mg
MANHÃ/TARDE 10:00h 15:00h	Arroz integral + Feijão carioca + Carne c/ molho + Purê de batatas + Salada de beterraba	Arroz integral + Feijão preto + Frango ao molho + Jardineira de legumes (abóbora, chuchu e abobrinha) +	Arroz integral + Feijão carioca + Quibe assado c/ berinjela + Salada de Repolho + Tangerina	FERIADO	RECESSO						
HORÁRIO	SEGUNDA 25/04	TERÇA 26/04	QUARTA 27/04	QUINTA 28/04	SEXTA 29/04	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
DESJEJUM 7:30h - 8:00h	Chá c/ leite + Biscoito Salgado Integral + Abacate	Suco de abacaxi natural + Pão integral c/ ovo + Melão picado	Café c/ leite + Pão fatiado integral c/ queijo e margarina	Leite c/ morango + Biscoito de polvilho salgado	iogurte de morango diet + Biscoito doce integral + Banana	KCAL	1773,8	Kcal	CA	139,71	mg
						CHO	59,9	g	FE	13,16	mg
						PTN	182,1	g	VT. A	422,93	mcg
						LIP	39,3	g	VT. C	62,35	mg
MANHÃ/TARDE 10:00h 15:00h	Arroz integral + Feijão preto + Omelete assado + Chuchu c/ abobrinha refogado + Maçã	Macarrão integral c/ molho de carne moída + Salada de alface c/ cenoura + Tangerina	Arroz integral + Feijão preto + Bolinho de carne ao molho + Salada de Acelga + Mamão	Arroz integral + Feijão carioca + Sobrecoca assada + Creme de milho + Péra	Suco Integral de uva + Pão integral c/ frango desfiado ao molho c/ alface e cenoura ralada + Bolo de Laranja diet						

Aluno: David Domingues de Carvalho - Eva

Dislipidemia

Observação: Adoçante Stevia ou Sucralose



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 REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 070/2021

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

