

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

PREFEITURA DE  
PARANAGUÁ  
CIDADE MÃE DO PARANÁ

CARDÁPIO CMEI DE 13 MESES À 2 ANOS E 11  
MESES SEM LACTOSE E PEIXE PARTE 1  
ABRIL/2022

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL  
SEMED

HORÁRIO	SEGUNDA 28/03	TERÇA 29/03	QUARTA 30/03	QUINTA 31/03	SEXTA 01/04	MÉDIA SEMANAL DESJUM E ALMOÇO					
						VALOR NUTRICIONAL					
07:30 - 08:00 H DESJUM					Vitamina de frutas c/ leite s/ lactose(maçã, mamão), biscoito de aveia com Banana	KCAL	548,4	Kcal	CA	9,35	mg
					Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango, escarola) + Salada de beterraba + Melão	CHO	75,6	g	FE	7,31	mg
10:30 11:00 HALMOÇO						PTN	23,7	g	VIT. A	11,30	mcg
						LIP	21,6	g	VIT. C	21,00	mg
14:00 14:30 H LANCHE					Leite s/ lactose+ panqueca de banana com aveia	MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR					
						VALOR NUTRICIONAL					
					Purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho, salada de repolho c/ cenoura + escarola	KCAL	351,9	Kcal	CA	12,00	mg
16:30-17:00 H JANTAR						CHO	41,1	g	FE	7,01	mg
						PTN	16,3	g	VIT. A	6,21	mcg
						LIP	13,6	g	VIT. C	9,45	mg
HORÁRIO	SEGUNDA 04/04	TERÇA 05/04	QUARTA 06/04	QUINTA 07/04	SEXTA 08/04	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
						VALOR NUTRICIONAL					
07:30 - 08:00 H DESJUM	Suco Maçã integral+ salada de frutas 3 (mamão, kiwi, banana)	Leite s/ lactose+ Panqueca de Banana com Aveia	Vitamina de frutas c/ leite s/ lactose(maçã, mamão), biscoito de aveia com Banana	logurte natural s/ lactose com morango e banana batido	Crema de Manga + banana+aveia	KCAL	715,90	Kcal	CA	9,65	mg
						CHO	88,38	g	FE	7,52	mg
10:30 11:00 HALMOÇO	Arroz + Feijão preto + Carne Bovina c/ mandioca + Salada de Alface + Caqui	Arroz + Feijão carioca + Ovo mexidos c/ couve + Abóbora refogada + Maçã	Arroz integral + Feijão preto + Sobrecoca ao molho c/ cenoura + Salada de repolho e brócolis + Laranja	Arroz + Feijão carioca + Barreado + Farinha de mandioca + Salada de tomate c/ cebola + Cerveja e Banana	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + Salada de beterraba + Goiabada	PTN	24,06	g	VIT. A	4,32	mcg
						LIP	29,57	g	VIT. C	11,00	mg
14:00 14:30 H LANCHE	Sagu+ Maçã picada	logurte natural s/ lactose com morango e banana batido	Chá erva doce + biscoito polvilho s/ lactose + pera	Suco Maçã integral+ salada de frutas (mamão, kiwi, banana)	Vitamina de frutas c/ leite s/ lactose(maçã, mamão), biscoito de aveia com Banana	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
						KCAL	478,24	Kcal	CA	3,25	mg
						CHO	44,58	g	FE	4,22	mg
16:30-17:00 H JANTAR	Risoto de Frango (cenoura, batata, milho, ervilha)+ rúcula + caqui	Potenta + Frango ao molho + salada de alface + maçã	Macarrão c/ carne moída + Brócolis refogado+ laranja	Canja (arroz, frango abobrinha, cenoura, batata) + couve+ Caqui	Potenta com alhoôndegas ao molho, salada de beterraba + rúcula	PTN	20,06	g	VIT. A	7,82	mcg
						LIP	28,17	g	VIT. C	9,54	mg

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

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente  
Mat. Funcional nº 746 CRN 8º REGIÃO Nº 2321  
Contrato nº 070/2021

Gabrielle Melita 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

PREFEITURA DE  
PARANAGUÁ  
CIDADE MÃE DO PARANÁ

CARDÁPIO CMEI DE 13 MESES À 2 ANOS E 11  
MESES SEM LACTOSE E PEIXE PARTE 2  
ABRIL/2022

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL  
SE  
EDU

HORÁRIO					SEGUNDA 11/04					TERÇA 12/04					QUARTA 13/04					QUINTA 14/04					SEXTA 15/04					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL										
07:30 - 08:00 H DESJEJUM					Pure de Abacate e banana					Chá erva doce + biscoito polvilho s/ lactose + pera					Suco de abacaxi natural+ ovos mexidos com couve + melão picado					Creme de Banana + maçã + Leite s/ lactose					FERIADO					RECESSO					KCAL	728,24	Kcal	CA	9,65	mg
10:30 - 11:00 H ALMOÇO					Arroz integral + Feijão preto + Frango ao molho com abobrinha e cenoura+ + Salada de Repolho+ Rúcula e Melancia					Arroz + Feijão carioca + Carne ao molho + Purê de batatas s/ leite + Salada de tomate c/ cenoura + limão					Arroz + Feijão preto + Frango grelhado (salsam) + Salada de Alface + Goiaba					Arroz + Feijão carioca + Carne moída c/ abóbora e abobrinha + Agrião + Salada de alface + Maçã															CHO	93,69	g	FE	8,74	mg
14:00 - 14:30 H LANCHE					Suco de abacaxi natural+ ovos mexidos com couve picada + maçã picado					Mingau de Aveia com leite de coco com Banana					Suco de Maracujá + banana com aveia					Creme de Manga + banana + Aveia															PTN	30,50	g	VIT. A	8,25	mcg
16:30-17:00 H JANTAR					Macarrão c/ carne moída + Brócolis refogado+ melancia					Risoto de Frango(cenoura, batata, milho, ervilha)+ rúcula+ mamão					Polenta + carne moída c/ abobrinha refogada +agrião+ goiaba					Sopa de feijão c/ batata + carne + cenoura+ couve e Maçã															LIP	25,72	g	VIT. C	4,66	mg
07:30 - 08:00 H DESJEJUM					Vitamina de frutas c/ leite s/ lactose(maçã, mamão), biscoito de aveia com Banana					Mingau de Aveia com leite de coco com Banana					Iogurte natural s/ lactose com morango e banana batido					QUINTA 21/04															SEXTA 22/04					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:30 - 11:00 H ALMOÇO					Arroz + Feijão carioca + Carne c/ molho + Purê de batatas s/ leite + Couve+ Salada de beterraba					Arroz + Feijão preto + Frango ao molho + Jardineira de legumes (abóbora, chuchu e abobrinha) + Brócolis e					Arroz + Feijão carioca + Quibe assado c/ berinjela e espinafre + Salada de Repolho + Tangerina										KCAL	739,13	Kcal	CA	4,54	mg										
14:00 - 14:30 H LANCHE					Leite sem lactose com abacate e banana					Vitamina de frutas c/ leite s/ lactose(maçã, mamão), biscoito de aveia com Banana					Leite s/ lactose+ Panqueca de Banana com Aveia										CHO	111,77	g	FE	5,85	mg										
16:30-17:00 H JANTAR					Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada alface c/ tomate +espinafre					Polenta com almeirdegas ao molho, salada de beterraba +brócolis+ caqui					Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha+ espinafre+ tangerina										PTN	20,36	g	VIT. A	9,65	mcg										
																														LIP	33,03	g	VIT. C	8,52						mg
																														MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL										
																									KCAL	435,31	Kcal	CA	6,54	mg										
																									CHO	64,15	g	FE	6,22	mg										
																									PTN	19,68	g	VIT. A	5,85	mcg										
																									LIP	33,03	g	VIT. C	5,01	mg										

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

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente  
Mat. Funcional nº 1146 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 CMEI DE 13 MESES À 2 ANOS E 11 MESES SEM LACTOSE E PEIXE PARTE 3  
ABRIL/2022

SE  
M  
EDU  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL

HORÁRIO	SEGUNDA 25/04	TERÇA 26/04	QUARTA 27/04	QUINTA 28/04	SEXTA 29/04	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
						KCAL	610,94	Kcal	CA	4,25	mg
07:30 - 08:00 H DESJEJUM	Suco de Maracujá + Banana com Aveia	Suco Maçã integral + salada de frutas (Manga, banana e maçã)	Chá capim cidreira + biscoito polvilho s/ lactose + mamão	Leite sem lactose com abacate e banana	Suco de uva integral + panqueca colorida s/ lactose	CHO	102,44	g	FE	5,11	mg
10:30 - 11:00 H ALMOÇO	Arroz integral + Feijão preto + Omelete assado c/ espinafre + Chuchu c/ abobrinha refogado + Pera	Macarrão c/ molho de carne moída + Escarola + Salada de alface c/ cenoura + Tangerina	Arroz + Feijão preto + Bolinho de carne ao molho + Salada de Acelga + Mamão	Arroz + Feijão carioca + Sobrecoxa assada + Chuchu, cenoura e milho refogado + Rúcula + Banana	Arroz + Feijão preto + Carne moída ao molho + Purê de batatas s/ leite + Salada de beterraba + Brócolis	PTN	25,09	g	VIT. A	6,35	mcg
						LIP	11,27	g	VIT. C	8,20	mg
14:00 - 14:30 H LANCHE	Chá capim cidreira + biscoito polvilho s/ lactose + caqui	logurte natural s/ lactose com morango e banana batido	Suco Maçã integral + salada de frutas (Manga, banana e maçã)	Suco de uva integral + Panqueca colorida (cenoura) s/ lactose	Vitamina de frutas c/ leite s/ lactose (maçã, mamão), biscoito de aveia com Banana	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
						KCAL	371,66	Kcal	CA	9,63	mg
						CHO	57,12	g	FE	4,87	mg
16:30 - 17:00 H JANTAR	Potenta + carne moída c/ abobrinha refogada + Pera	Sopa de feijão c/ batata + carne + cenoura + couve Tangerina	Macarrão c/ carne moída + abóbora + escarola refogada + Mamão	Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de repolho c/ cenoura + brócolis refogado + Banana	Canja (arroz, frango abobrinha, cenoura, batata) + rúcula	PTN	16,54	g	VIT. A	6,98	mcg
						LIP	8,56	g	VIT. C	6,66	mg

Aluno: Diego de Souza Gonçalves, Ruth Baka

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

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente  
Mat. Funcional 11,246 CRN 8º REGIÃO Nº 2321  
Contrato nº 070/2021

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