

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 ALERGIA A OVOS PARTE 1  
ABRIL/2022

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL

HORÁRIO	SEGUNDA 28/03	TERÇA 29/03	QUARTA 30/03	QUINTA 31/03	SEXTA 01/04	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL				
07:30 - 08:00 H DESJEJUM					Vitamina de frutas (maçã, mamão), biscoito de aveia com Banana	KCAL	548,4	Kcal	CA	9,35 mg
						CHO	75,6	g	FE	7,31 mg
10:30 11:00 H ALMOÇO					Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango, escarola) + Salada de beterraba + Melão	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 + panqueca de banana com aveia s/ ovo	MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR VALOR NUTRICIONAL				
						KCAL	351,9	Kcal	CA	12,00 mg
16:30-17:00 H JANTAR					Purê de batatas + carne moída ao molho, salada de repolho c/ cenoura + escarola	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				
07:30 - 08:00 H DESJEJUM	Suco Maçã integral+ salada de frutas 3 (mamão, kiwi, banana)	Leite + panqueca de banana com aveia s/ ovo	Vitamina de frutas (maçã + mamão) + biscoito de aveia com banana	logurte natural 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 H ALMOÇO	Arroz + Feijão preto + Carne Bovina c/ mandioca + Salada de Alface + Caqui	Arroz + Feijão carioca + Carne moída ao molho 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 s/ ovos + Frango ao molho desfiado + Salada de beterraba + Goiaba	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 com morango e banana batido	Chá erva doce + biscoito polvilho + pera	Suco Maçã integral+ salada de frutas (mamão, kiwi, banana)	Vitamina de Frutas (Maçã+ Mamão)+ Biscoito de Aveia com banana	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
						KCAL	478,24	Kcal	CA	3,25 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 s/ ovos c/ carne moída + Brócolis refogado+ laranja	Canja (arroz, frango abobrinha, cenoura, batata) + couve+ Caqui	Potenta com amêndoas ao molho, salada de beterraba + rúcula	CHO	44,58	g	FE	4,22 mg
						PTN	20,06	g	VIT. A	7,82 mcg
						LIP	28,17	g	VIT. C	9,54 mg

Patricia 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

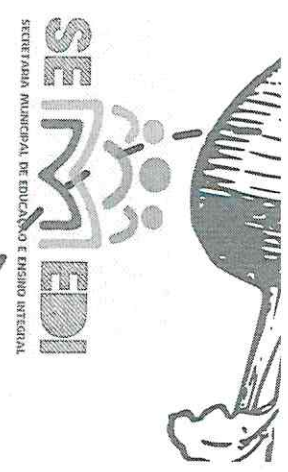
Gabrielle Metka Rocha  
CRN 8º REGIÃO 11815  
Coordenadora Operacional  
SEPAT MULTI SERVICE



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



PREFEITURA DE  
**PARANAGUA**  
CIDADE MÃE DO PARANÁ



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL

ABRIL/2022

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/ ovo + pera	Suco de abacaxi natural+ ovos mexidos com couve + melão picado	Creme de Banana + maçã + Leite	FERIADO	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 + Peixe ao molho + Pirão do molho do peixe + Salada de tomate c/ cenoura + Mamão	Arroz + Feijão preto + Frango grelhado (sassani) + 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+ panqueca colorida( cenoura) s/ ovo+ maçã picada	Mingau de Aveia 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 s/ ovos c/ carne moída + Brócolis refogado+ melancia	Risoto de Frango(cenoura, batata, milho, ervilha)+ rúcula+ mamão	Polenta + carne moída c/ abobrinha refogada +agrião+ goiabã	Sopa de feijão c/ batata + carne + cenoura+ couve e Maçã		LIP	25,72	g	VIT. C	4,66	mg
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
KCAL	489,62	Kcal	CA	4,66	mg						
CHO	60,09	g	FE	5,21	mg						
PTN	16,82	g	VIT. A	9,21	mcg						
LIP	20,23	g	VIT. C	3,32	mg						
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
KCAL	739,13	Kcal	CA	4,54	mg						
CHO	111,77	g	FE	5,85	mg						
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						
07:30 - 08:00 H DESJEJUM	Vitamina de Frutas ( Mamão + Banana) + Biscoito de Banana com Aveia	Mingau de Aveia com Banana	loguite natural com morango e banana batido	FERIADO							
10:30 11:00 H ALMOÇO	Arroz + Feijão carioca + Carne c/ molho + Purê de batatas + Couve+ Salada de beterraba	Arroz + Feijão preto + Frango ao molho + Jardineira de legumes (abóbora, chuchu e abobrinha) + Brócolis e Caqui	Arroz + Feijão carioca + Quibe assado c/ berinjela e espinafre + Salada de Repolho + Tangerina	FERIADO							
14:00 14:30 H LANCHE	Leite com abacate e banana	Vitamina de Frutas ( Maçã+ Mamão)+ Biscoito Doce Integral	Leite + Panqueca de aveia com banana s/ ovo	FERIADO							
16:30-17:00 H JANTAR	Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada alface c/ tomate +espinafre	Polenta com almondegas ao molho, salada de beterraba +brócolis+ caqui	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha+ espinafre+ tangerina	RECESSO							

Patricia dos Santos Alves  
Mat Funcional nº7893 CRN 8º REGIAO N° 1781  
Contrato nº 070/2021

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

Gabriele Meika Rocha  
CRN 8º REGIAO 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 ALERGIA A OVOS PARTE 3**  
ABRIL/2022

HORÁRIO	SEGUNDA 25/04	TERÇA 26/04	QUARTA 27/04	QUINTA 28/04	SEXTA 29/04	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
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/ ovo + mamão	Leite com abacate e banana	Suco de uva integral + panqueca colorida (beterraba) s/ ovo	KCAL	610,94	Kcal	CA	4,25 mg
10:30 - 11:00 H ALMOÇO	Arroz integral + Feijão preto + Frango ao molho c/ espinafre + Chuchu c/ abobrinha refogado + Pera	Macarrão parafuso s/ ovos c/ molho de carne moída + Escarola + Salada de alface c/ cenoura + Tangerina	Arroz + Feijão preto + Bolinho de carne ao molho s/ ovo + Salada de Acelga + Mamão	Arroz + Feijão carioca + Sobrecoxa assada + Creme de milho + Rúcula + Banana	Arroz + Feijão preto + Carne moída ao molho + Purê de batatas + Salada de beterraba + Brócolis	CHO	102,44	g	FE	5,11 mg
14:00 14:30 H LANCHE	Chá capim cidreira + biscoito polvilho s/ ovo + caqui	Iogurte natural com morango e mamão batido	Suco Maçã integral + salada de frutas (Manga, banana e maçã)	Suco de uva integral + Panqueca colorida (cenoura) s/ ovo	Vitamina de Frutas (Maçã + Mamão) + Biscoito aveia e banana	PTN	25,09	g	VIT. A	6,35 mcg
16:30-17:00 H JANTAR	Polenta + carne moída c/ abobrinha refogada + Pera	Sopa de feijão c/ batata + carne + cenoura + couve Tangerina	Macarrão s/ ovos 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	LIP	11,27	g	VIT. C	8,20 mg
Aluno: Isis Carvalho Ricardo, Sathie						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
Alergia a ovos						KCAL	371,66	Kcal	CA	9,63 mg
						CHO	57,12	g	FE	4,87 mg
						PTN	16,54	g	VIT. A	6,98 mcg
						LIP	8,56	g	VIT. C	6,66 mg

Patricia dos Santos Alves  
Mat Funcional nº 7893 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

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