



PREFEITURA DE
PARANAGUA
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 PIAÇAGUERA 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 VALOR NUTRICIONAL				
						KCAL	Kcal	CA		mg
DESJEJUM 7:30h - 8:00h					Café com leite + Biscoito salgado + mamão Picado	CHO	43,0	g	FE	4,14
					Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) + Salada de beterraba + Meião	PTN	12,4	g	VT. A	121,3
						LIP	4,6	g	VT. C	39,58
MANHÃ/TARDE 10:00h 15:00h						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
HORÁRIO	SEGUNDA 04/04	TERÇA 05/04	QUARTA 06/04	QUINTA 07/04	SEXTA 08/04	KCAL	1753,2	Kcal	CA	163,21
DESJEJUM 7:30h - 8:00h	Café c/ leite + biscoito salgado, Maçã	Suco integral de laranja + pão integral com requeijão	Salada de frutas (maçã, manga e laranja) com aveia	logurte de morango + Biscoito doce integral + Banana	Leite com maçã + Bolo de cenoura s/ cobertura	CHO	47,1	g	FE	12,53
						PTN	193,8	g	VT. A	521,88
						LIP	98,7	g	VT. C	21,20
MANHÃ/TARDE 10:00h 15:00h	Arroz + Feijão preto + Carne Bovina c/ mandioca + Salada de Alface + Caqui	Arroz + Feijão carioca + Ovo mexidos + Abóbora refogada + Maçã	Arroz integral + Feijão preto + Sobrecoca ao molho c/ cenoura + Salada de repolho + Laranja	Arroz + Feijão carioca + Barreado + Farinha de mandioca + Salada de tomate c/ cebola + Banana	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + Salada de beterraba + Goiaba	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
HORÁRIO	SEGUNDA 11/04	TERÇA 12/04	QUARTA 13/04	QUINTA 14/04	SEXTA 15/04	KCAL	1071,2	Kcal	CA	48,01
DESJEJUM 7:30h - 8:00h	Café com leite + biscoito polvilho+mamão	Leite com banana+bolo de cenoura sem cobertura	Vitamina de Frutas (maçã + mamão) + Biscoito doce integral	Suco Integral de Uva + Sanduiche de pão fatiado c/ queijo, tomate e alface		CHO	53,7	g	FE	12,13
						PTN	17,2	g	VT. A	333,28
						LIP	44,6	g	VT. C	182,19
MANHÃ/TARDE 10:00h 15:00h	Arroz integral + Feijão preto + Frango ao molho com abobrinha e cenoura + Salada de Repolho + Melancia	Arroz + Feijão carioca + Peixe ao molho + Pão do molho do peixe + Salada de tomate c/ cenoura + Mamão	Arroz + Feijão preto + Frango grelhado (sassarim) + Salada de Alface + Goiaba	Suco Integral de Uva + Sanduiche de pão fatiado c/ queijo, tomate e alface		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
						KCAL	1071,2	Kcal	CA	48,01
						CHO	53,7	g	FE	12,13
						PTN	17,2	g	VT. A	333,28
						LIP	44,6	g	VT. C	182,19

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

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11/146 CRN 8º REGIÃO N° 2321
Contrato nº 070/2021

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



PREFEITURA DE
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
DEPARTAMENTO ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO PIAÇAGUERA PARTE 2
ABRIL/2022



HORARIO	SEGUNDA 18/04	TERÇA 19/04	QUARTA 20/04	QUINTA 21/04	SEXTA 22/04	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
DESJEJUM 7:30h - 8:00h	Suco Integral de Uva + Sanduiche de pão fatiado c/ queijo, tomate e alicace	Chá c/ leite + Biscoito integral Salgado + Melancia	Leite com Banana+ Bolo de laranja	FERIADO	RECESSO	KCAL	1001,2	Kcal	CA	63,48	mg
MANHÃ/TARDE 10:00h 15:00h	Arroz + Feijão carioca + Carne c/ molho + Purê de batatas + Salada de beterraba	Arroz + Feijão preto + Frango ao molho + Jardineira de legumes (abóbora, chuchu e	Arroz + Feijão carioca + Quibe assado c/ berinjela + Salada de Repolho + Tangerina		RECESSO	CHO	53,7	g	FE	13,16	mg
HORÁRIO	SEGUNDA 25/04	TERÇA 26/04	QUARTA 27/04	QUINTA 28/04	SEXTA 29/04	PTN	17,2	g	VIT. A	182,51	mcg
DESJEJUM 7:30h - 8:00h	Vitamina de frutas (maça + mamão) + Biscoito Doce Integral	logurte de Morango + biscoito doce integral+ maça	Suco Integral de Laranja + Bolo de Fubá + Maça	Suco de Abacaxi Natural + Pão c/ ovo + Mamão picado	Suco integral de uva+ pão de cachorro quente + ovo mexido+ alicace, cenoura + bolo de	LIP	44,6	g	VIT. C	62,92	mg
MANHÃ/TARDE 10:00h 15:00h	Arroz integral + Feijão preto + Omelete assado + Chuchu c/ abobrinha refogado + Pera	Macarrão c/ molho de carne moída + Salada de alicace c/ cenoura + Tangerina	Arroz + Feijão preto + Bolinho de carne ao molho + Salada de Acelga + Mamão	Arroz + Feijão carioca + Sobrecoxa assada + Creme de milho + Banana	Suco integral de uva+ pão de cachorro quente + ovo mexido+ alicace, cenoura + bolo de laranja	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL					
						KCAL	1773,8	Kcal	CA	139,71	mg
						CHO	59,9	g	FE	13,16	mg
						PTN	182,1	g	VIT. A	422,93	mcg
						LIP	39,3	g	VIT. C	62,35	mg

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

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 1146 CRN 8º REGIAO Nº 2321
Contrato nº 070/2021

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