

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
	KCAL	CA	75,85 mg
CHO	53,2 g	FE	6,33 mg
PTN	14,2 g	VIT. A	122,32 mcg
LIP	6,4 g	VIT. C	41,21 mg

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
	KCAL	CA	174,32 mg
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

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL			
	KCAL	CA	49,70 mg
CHO	58,7 g	FE	13,21 mg
PTN	32,5 g	VIT. A	334,85 mcg

Mat Funcional nº7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 070/2021

Contratto n° 070/2021

Lígia Mátida Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8º REGIAO Nº 2321
Contrato nº 070/2021

Contratto n° 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 INTEGRAL APLV E ALERGIA
MÚLTIPLA 2 PARTE 2
ABRIL/2022



HORARIO	SEGUNDA 18/04	TERÇA 19/04	QUARTA 20/04	QUINTA 21/04	SEXTA 22/04	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
07:30 - 08:00 H DESEJUM	Suco Integral de Uva + Sanduíche de pão fatiado s/ leite c/ creme vegetal, tomate e alface	Chá c/ leite vegetal + Biscoito integral Salgado s/ leite + Melancia	Leite vegetal com Banana + Bolo de laranja s/ leite	FERIADO	RECESSO	LIP	9,6	g	VIT. C	184,32 mg
10:30 - 11:00 H ALMOÇO	Arroz + Feijão carioca + Carne c/ molho + Purê de batatas s/ leite + Salada de beterraba	Arroz + Feijão preto + Frango ao molho + Jardineira de legumes (abóbora, chuchu e abobrinha) + Caqui	Arroz + Feijão carioca + Quibe assado c/ berinjela + Salada de Repolho + Tangerina			KCAL	396,8	Kcal	CA	64,52 mg
14:00 - 14:30 H LANCHE	Canjica com leite de coco + Maçã	Suco integral de uva + Pipoca salgada + Caqui	Café com Leite vegetal + Pão fatiado s/ leite c/ creme vegetal			CHO	40,4	g	FE	14,56 mg
14:00 - 14:30 H LANCHE	Canjica com leite de coco + Maçã	Suco integral de uva + Pipoca salgada + Caqui	Café com Leite vegetal + Pão fatiado s/ leite c/ creme vegetal			PTN	28,6	g	VIT. A	184,54 mcg
14:00 - 14:30 H LANCHE	Canjica com leite de coco + Maçã	Suco integral de uva + Pipoca salgada + Caqui	Café com Leite vegetal + Pão fatiado s/ leite c/ creme vegetal			LIP	9,9	g	VIT. C	64,25 mg
HORARIO	SEGUNDA 25/04	TERÇA 26/04	QUARTA 27/04	QUINTA 28/04	SEXTA 29/04	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL				
07:30 - 08:00 H DESEJUM	Vitamina de frutas (maça + mamão) com leite vegetal + Biscoito Doce Integral s/ leite	Leite vegetal c/ mamão + biscoito doce integral s/ leite + maçã	Suco Integral de Laranja + Bolo de Fubá s/ leite + Maçã	Suco de Abacaxi Natural + Pão s/ leite c/ ovo + Mamão picado	Suco integral de uva + pão sem leite + ovo mexido + alface, cenoura + bolo de laranja sem leite	KCAL	626,0	Kcal	CA	141,84 mg
10:30 - 11:00 H ALMOÇO	Arroz integral + Feijão preto + Omelete assado + Chuchu c/ abobrinha refogado + Pera	Macarrão c/ molho de carne moída + Salada de alface c/ cenoura + Tangerina	Arroz + Feijão preto + Bolinho de carne ao molho + Salada de Aceitola + Mamão	Arroz + Feijão carioca + Sobrecoca assada + Chuchu, cenoura e milho refogados + Banana	Arroz + Feijão preto + Carne moída ao molho + Purê de batatas sem leite + Salada de beterraba	CHO	65,3	g	FE	14,10 mg
14:00 - 14:30 H LANCHE	Chá c/ leite vegetal + Biscoito Salgado Integral s/ leite + Pera	Suco de abacaxi natural + Pão s/ leite c/ ovo + Tangerina	Café c/ leite vegetal + Pão fatiado s/ leite c/ creme vegetal	Leite vegetal c/ mamão + Biscoito de polvilho salgado s/ leite	Suco integral de uva + pão sem leite + ovo mexido + alface, cenoura + bolo de laranja sem leite	PTN	184,2	g	VIT. A	285,42 mcg
						LIP	11,4	g	VIT. C	63,41 mg

Aluno: Bernardo Batista Lopes, Francisca

APLV Peixe, Corante(laticínios fermentados) e oleaginosas: nozes, amendoas e amendoim (NÃO DEVEM CONTER TRACOS)

Patrícia dos Santos Aves
Mat. Funcional n° 7893 CRN 8° REGIÃO N° 1781
Contrato n° 070/2021

Ligia Márcia Fajardo Faria Vicente
Mat. Funcional n° 11.746 CRN 8° REGIÃO N° 2321
Contrato n° 070/2021

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