

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

CARDÁPIO APAE SEM PEIXE 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 + Melão picado	KCAL 314,2 Kcal CA 68,21 mg CHO 43,0 g FE 4,14 mg PTN 12,4 g VIT. A 121,30 mcg LIP 4,6 g VIT. C 39,58 mg
MANHÃ/TARDE 10:00h 15:00h					Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) + Salada de beterraba + Melão	
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 c/ queijo, tomate e alicace	Vitamina de Frutas (banana + mamão) + Biscoito doce integral	Leite com maçã + Bolo de cenoura s/ cobertura	Café com Leite + Biscoito Salgado Integral + Banana	Chá com leite + Pão integral c/ manteiga	KCAL 1753,2 Kcal CA 163,21 mg CHO 47,1 g FE 12,53 mg PTN 193,8 g VIT. A 521,88 mcg LIP 98,7 g VIT. C 21,20 mg
MANHÃ/TARDE 10:00h 15:00h	Arroz + Feijão preto + Carne Bovina c/ mandioca + Salada de Alicate + Caqui	Arroz + Feijão carioca + Ovo mexidos + Abóbora refogada + Maçã	Arroz integral + Feijão preto + Sobrecoxa ao molho c/ cenoura + Salada repolho + Laranja	Arroz + Feijão carioca + Barreado + Farinha de mandioca + Salada de tomate c/ cebola + Banana	Macarrão parafuso, frango ao molho desfiado, salada de cenoura c/ tomate + Tangerina	
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	logurte de Morango + Biscoito integral + Melancia	Suco Integral de Laranja + Pão integral c/ requeijão	Leite com banana + Bolo de laranja	Vitamina de frutas (banana e mamão) + Biscoito doce integral	FERIADO	KCAL 1071,2 Kcal CA 48,01 mg CHO 53,7 g FE 12,13 mg PTN 17,2 g VIT. A 333,28 mcg LIP 44,6 g VIT. C 182,19 mg
MANHÃ/TARDE 10:00h 15:00h	Arroz integral + Feijão preto + Frango ao molho com abobrinha e cenoura + Salada de Repolho + Melancia	Arroz + Feijão carioca + Carne moída ao molho c/ chuchu e abóbora + Salada de tomate c/ cenoura + Mamião	Arroz + Feijão preto + Frango grelhado (sasami) + Salada de Alicate + Goiaba	Suco Integral de Uva + Sanduíche de pão fatiado c/ queijo, tomate e alicace	FERIADO	

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

Ligia 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



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

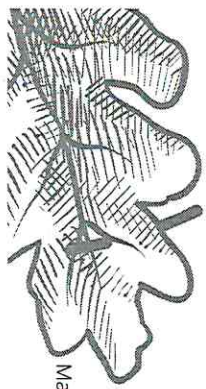


CARDÁPIO APAE SEM PEIXE PARTE 2  
ABRIL/2022



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	Salada de frutas (maçã, manga e laranja) com aveia	Suco Integral de Maçã + Bolo de Fubá + Caqui	Café com Leite + Pão de leite c/ queijo e margarina	FERIADO	RECESSO	KCAL	1001,5	Kcal	CA	63,48	mg
						CHO	53,2	g	FE	13,16	mg
						PTN	228,6	g	VIT. A	182,51	mcg
						LIP	39,7	g	VIT. C	62,92	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 abobrinha) + Caqui	Arroz + 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 + Pera	Suco de abacaxi natural + Pão c/ ovo + Tangerina	Café c/ leite + Pão fatiado c/ queijo e margarina	Leite c/ mamão +Biscoito de polvilho salgado	Chá com Leite + Pão de leite c/ queijo e margarina	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
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 alface c/ cenoura + Tangerina	Arroz + Feijão preto + Bolinho de carne ao molho + Salada de Acelga + Mamão	Arroz + Feijão carioca + Sobrecoca assada + Creme de milho + Banana	Suco Integral de uva + Pão c/ frango desfiado ao molho c/ alface e cenoura ralada + Bolo de Laranja						

Aluno: Geovana Maysa Gonçalves, Apae



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

Lígia Matos Splido 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

