

**PREFEITURA DE
PARANAGUA**
CIDADE MÃE DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCACAO E ENSINO INTEGRAL

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 REGIAO N° 2321
Contrato n° 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

CARDÁPIO CMEI 3 À 5 ANOS APLV, SEM PEIXE
E CORANTE PARTE 2
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		Café com leite vegetal + biscoito polvilho s/ leite +mamão	Leite vegetal com banana+bolo de cenoura sem cobertura s/ leite	Vitamina de Frutas c/ leite vegetal (maçã + mamão) + Biscoito doce integral s/ leite	Suco Integral de Uva + Sanduíche de pão fatiado s/ leite c/ frango desfiado ao molho c/ tomate e alicha	FERIADO	KCAL	389,5	Kcal	CA	111,47	mg	
10:30 11:00 H ALMOÇO		Arroz integral + Feijão preto + Frango ao molho com abobrinha e cenoura + Salada de Repolho + Melancia	Arroz + Feijão carioca + Carne ao molho + Purê de batata s/ leite + Salada de tomate c/ cenoura + Mamão	Arroz + Feijão preto + Frango grelhado (sassami) + Salada de Aliche + Goiaba	Arroz + Feijão carioca + Carne moída c/ abóbora e abobrinha + Salada de alicha + Maçã		CHO	44,7	g	FE	3,01	mg	
14 :00 14:30 H LANCHE		Leite vegetal c/ maçã + Biscoito doce integral s/ leite + Melancia	Suco Integral de Laranja + Pão integral s/ leite c/ creme vegetal	Suco Integral de Maçã + Bolo de Fubá s/ leite + Goiaba	Suco Integral de Uva + Sanduíche de pão fatiado s/ leite c/ frango desfiado ao molho c/ tomate e alicha		PTN	15,3	g	VIT. A	74,61	mcg	
16:30-17:00 H JANTAR		Macarrão c/ carne moída + Brócolis refogado+ melancia	Risoto de Frango/cenoura, batata, milho, ervilha) +mamão	Poleenta + carne moída c/ abobrinha refogada+goiaba	Sopa de feijão c/ batata + carne + cenoura + maçã		LIP	14,6	g	VIT. C	18,96	mg	
07: 30 - 08: 00 H DESJEJUM		Suco Integral de Uva + Sanduíche de pão fatiado s/ leite c/ tomate e alicha	Chá c/ leite vegetal + Biscoito integral Salgado s/ leite + Melancia	Leite vegetal com Banana+ Bolo de laranja s/ leite	Suco Integral de Uva + Sanduíche de pão fatiado s/ leite c/ frango desfiado ao molho c/ tomate e alicha		KCAL	387,5	Kcal	CA	110,21	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	FERIADO	RECESSO	CHO	43,9	g	FE	2,96	mg	
14 :00 14:30 H LANCHE		Canjica c/ leite de coco + Maçã	Suco integral de uva + Pipoca salgada + Caqui	Café com Leite vegetal + Pão s/ leite c/ creme vegetal			PTN	14,9	g	VIT. A	69,12	mcg	
16:30-17:00 H JANTAR		Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada alicha c/ tomate	Polenta com almondegas ao molho, salada de beterraba+Caqui	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha+Tangerina			LIP	13,9	g	VIT. C	18,41	mg	
							MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL						
							KCAL	321,5	Kcal	CA	99,65	mg	
						CHO	40,3	g	FE	3,54	mg		
						PTN	13,4	g	VIT. A	69,11	mcg		
						LIP	12,4	g	VIT. C	17,98	mg		
						KCAL	354,7	Kcal	CA	91,24	mg		
						CHO	45,2	g	FE	3,89	mg		
						PTN	14,5	g	VIT. A	51,12	mcg		
						LIP	13,9	g	VIT. C	18,40	mg		

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

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

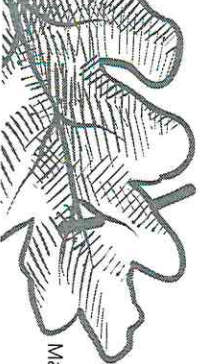
PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
DEPARTAMENTO ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO CMEI 3 À 5 ANOS APLV, SEM PEIXE
E CORANTE 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	Vitamina de frutas c/ leite s/ lactose (maça + mamão) + Biscoito Doce Integral s/ leite	Leite vegetal c/ mamão + biscoito doce integral s/ leite + maçã	Suco Integral de Laranja + Bolo de Fubá s/ leite + Maça	Suco de Abacaxi Natural + Pão s/ leite c/ ovo + Mamão picado	Suco integral de uva+ pão s/ leite + ovo mexido+ alface, cenoura + bolo de laranja s/ leite	KCAL	521,3	Kcal	CA	133,54
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 Acelga + Mamão	Arroz + Feijão carioca + Sobrecoxa assada + Chuchu, cenoura e milho refogado + Banana	Arroz + Feijão preto + Carne moída ao molho + Purê de batatas s/ leite + Salada de beterraba	CHO	54,9	g	FE	5,85
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 s/ leite + ovo mexido+ alface, cenoura + bolo de laranja s/ leite	PTN	23,7	g	VIT. A	87,41
16:30-17:00 H JANTAR	Polenta + carne moída c/ abobrinha refogada + Maça	Sopa de feijão c/ batata + carne + cenoura + caqui	Macarrão c/ carne moída + abóbora refogada + Mamão	Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de repolho c/ cenoura + Banana	Canja (arroz, frango abobrinha, cenoura, batata)	LIP	13,0	g	VIT. C	45,57
						KCAL	504,7	Kcal	CA	118,98
						CHO	51,8	g	FE	9,85
						PTN	20,1	g	VIT. A	74,65
						LIP	15,9	g	VIT. C	44,96

Aluno: Clara Soares Pinto - Sathe
APLV e Alergia a Peixe e Corantes



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

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional nº 1146 CRN 8º REGIÃO N° 2321
Contrato nº 070/2021

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

