

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
DEPARTAMENTO ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO EVA DISLIPIDEMIA E DIABETES PARTE 1
JULHO/2022

HORÁRIO	SEGUNDA 27/06	TERÇA 28/06	QUARTA 29/06	QUINTA 30/06	SEXTA 01/07	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL					
						KCAL	502,4	Kcal	CA	139,71	mg
DESJEJUM 7.30H - 8.00H					Chá com leite desnatado + biscoito salgado integral + Marmelo	CHO	56,3	g	FE	13,16	mg
MERENDA MANHÃ/TARDE 10H - 15.00H					Arroz integral + Feijão preto + Carne bovina ao molho com mandioca + Salada de alface + Maçã	PTN	43,7	g	VT. A	205,66	mcg
						LIP	12,5	g	VT. C	199,14	mg
MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL						KCAL	514,6	Kcal	CA	121,58	mg
DESJEJUM 7.30H - 8.00H	Café com leite desnatado + pão fatiado integral + queijo + margarina	Vitamina de frutas com leite desnatado (abacate + banana) + biscoito doce integral diet	Chá com leite desnatado + pão fatiado integral + manteiga	Leite desnatado com fruta (mamão) + bolo de cenoura sem cobertura diet	Suco integral de uva + sanduíche de pão fatiado integral + queijo + iogurte + alface	CHO	54,2	g	FE	12,50	mg
MERENDA MANHÃ/TARDE 10H - 15.00H	Arroz integral + Feijão carioca + Frango ao molho (sassami) + Salada de repolho com cenoura + Caju	Arroz integral + Feijão preto + Carne (cubo/ciscos) + Purê de batatas + Salada de beterraba	Arroz integral + Feijão carioca + Frango assado (sobrecoca) + Creme de milho + Maçã	Arroz integral + Feijoadinha com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca + Laranja	Risoto de frango (batata + cenoura + milho + ervilha + frango) + Salada de couve-flor + Banana	PTN	38,5	g	VT. A	202,88	mcg
						LIP	11,0	g	VT. C	247,89	mg
HORÁRIO	SEGUNDA 11/07	TERÇA 12/07	QUARTA 13/07	QUINTA 14/07	SEXTA 15/07						
DESJEJUM 7.30H - 8.00H	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR						
MERENDA MANHÃ/TARDE 10H - 15.00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO						
HORÁRIO	SEGUNDA 18/07	TERÇA 19/07	QUARTA 20/07	QUINTA 21/07	SEXTA 22/07						
DESJEJUM 7.30H - 8.00H	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	FORMAÇÃO CONTINUADA	Café com leite desnatado + biscoito polvilho salgado + mamão	Suco integral de laranja + pão integral + requeijão diet						
MERENDA MANHÃ/TARDE 10H - 15.00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Arroz integral + Feijão carioca + Carne moída ao molho com legumes (cenoura e chuchu) + salada de alface + Tangerina	Arroz integral + Feijão preto + Frango grelhado (sassami) + Salada de brócolis + Banana						
						MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL					
						KCAL	489,8	Kcal	CA	110,96	mg
						CHO	49,9	g	FE	11,25	mg
						PTN	36,9	g	VT. A	236,78	mcg
						LIP	11,0	g	VT. C	201,00	mg

Parfira dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIAO Nº 1781
Contrato nº 070/2021

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional T1.146 CRN 8º REGIAO Nº 2321
Contrato nº 070/2021

Camile Consuelo do Carvalho
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIAO Nº 1102
Contrato nº 070/2021

Bruna Rosalinski de Borja
CRN 8º REGIAO 13.128
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 EVA DISLIPIDEMIA E DIABETES PARTE 2
JULHO/2022

HORÁRIO	SEGUNDA 25/07	TERÇA 26/07	QUARTA 27/07	QUINTA 28/07	SEXTA 29/07	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL					
						KCAL	325,6	Kcal	CA	73,25	mg
DESJEJUM 7:30H - 8:00H	Suco de abacaxi natural + pão integral + ovos mexidos + melão	Café com leite desnatado + biscoito salgado integral + caqui	Chá com leite desnatado + pão fatiado integral + manteiga	iogurte de morango diet + biscoito doce integral diet + banana	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	CHO	28,7	g	FE	6,89	mg
MERENDA MANHÃ/TARDE 10H - 15:00H	Arroz integral + Feijão carioca + Carne moída ao molho com ervilha + Polenta + Salada de pepino com tomate + Maçã	Arroz Integral + Feijão preto + Frango ao molho + Jandineira de legumes (abobrinha + batata salsa + cenoura) + Mamão	Arroz integral + Feijão carioca + Peixe ao molho + Pirão do molho de peixe + Salada de couve-flor e tomate	Suco integral de uva + pão integral + ovos mexidos + alicace + cenoura ralada + bolo de laranja diet	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	PTN	14,0	g	VIT. A	96,32	mcg
						LIP	4,2	g	VIT. C	65,10	mg
Aluno: David Domingues de Carvalho - Eva											
Dieta: Dislipidemia/Diabetes											

Aluno: David Domingues de Carvalho - Eva
Dieta: Dislipidemia/Diabetes

Patrícia 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

Camille Colares Gomes de Carvalho
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102
Contrato nº 070/2021

Bruna Rosalinski de Borba
CRN 8º REGIÃO 13.128
Coordenadora Operacional
SEPAT MULTI SERVICE