

PREFEITURA DE PARANAGUÁ  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE  
DEPARTAMENTO ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR  
**CARDÁPIO CMEI DE 13 MESES À 2 ANOS E 11 MESES VEGETARIANO PARTE 1**  
JULHO/2022

HORARIO	SEGUNDA 27/06	TERÇA 28/06	QUARTA 29/06	QUINTA 30/06	SEXTA 01/07	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO
07:30H-8:00H DESJEJUM					Vitamina de frutas (maçã + mamão) + biscoito de aveia com banana	KCAL 452,4 Kcal CA 111,3 mg CHO 31,5 g g FE 9,87 mg PTN 12,8 g g VIT. A 26,32 mcg LIP 6,5 g g VIT. C 103,6 mg
10:30H-11:00H ALMOÇO					Arroz + Feijão preto + PTS ao molho com mandioca + Salada de alface + Maçã	
14:00H-14:30H LANCHE					Leite + panqueca de banana com aveia	MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR KCAL 487,3 Kcal CA 106,5 mg CHO 36,3 g g FE 8,96 mg PTN 12,0 g g VIT. A 31,22 mcg LIP 4,9 g g VIT. C 101,7 mg
16:30-17:00H JANTAR					Risoto de legumes (cenoura + batata + milho + ervilha + espinafre)	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO KCAL 464,9 Kcal CA 98,41 mg CHO 34,9 g g FE 10,25 mg PTN 8,9 g g VIT. A 30,85 mcg LIP 5,8 g g VIT. C 100 mg
HORÁRIO	SEGUNDA 04/07	TERÇA 05/07	QUARTA 06/07	QUINTA 07/07	SEXTA 08/07	
07:30H-8:00H DESJEJUM	Suco maçã integral + salada de frutas 3 (mamão + kiwi + banana)	Leite + Panqueca de Banana com Aveia	Mingau de aveia com banana	logurte natural com morango e banana batido	Creme de Manga + banana + aveia	KCAL 464,9 Kcal CA 98,41 mg CHO 34,9 g g FE 10,25 mg PTN 8,9 g g VIT. A 30,85 mcg LIP 5,8 g g VIT. C 100 mg
10:30H-11:00H ALMOÇO	Arroz + Feijão carioca + Hambúrguer de PTS + Salada de repolho com cenoura + Caqui	Arroz + Feijão preto + Ervilha ao molho + Purê de batatas + Salada de beterraba	Arroz + Feijão carioca + Lentilha ao molho + Creme de milho + Maçã	Arroz + Feijoadinha s/ carne + Farinha de mandioca + Laranja	Risoto de legumes (batata + cenoura + milho + ervilha + Salada de couve-flor + Banana	
14:00H-14:30H LANCHE	Sagu + Maçã picada	logurte natural com morango e banana batido	Chá erva doce + biscoito polvilho + pêra	Suco maçã integral + salada de frutas (mamão + kiwi + banana)	Vitamina de Frutas (maçã + mamão) + biscoito de aveia com banana	MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR KCAL 498,2 Kcal CA 92,25 mg CHO 37,0 g g FE 11,41 mg PTN 13,4 g g VIT. A 40,06 mcg LIP 6,9 g g VIT. C 102,6 mg
16:30-17:00H JANTAR	Arroz carreteiro s/ carne c/ ovo (cenoura+batata+espinafre) + salada de alface	Polenta + PTS ao molho + agnã + salada de acelga	Sopa de grão de bico (grão de bico+batata+cenoura+couve) + tangerina	Canja c/ ovo (arroz+milho+ervilha+abobrinha+cenoura+batata+espinafre)	Purê de batatas + Lentilha ao molho+escarola+salada de alface	

Patrícia dos Santos Alves  
Mat. Funcional nº7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781  
Contrato nº 07/0/2021

Ligia Maria Toledo Faria Vicente  
Mat. Funcional 11.146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321  
Contrato nº 07/0/2021

Camille Cordeiro de Carvalho  
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102  
Contrato nº 07/0/2021

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



CARDÁPIO CMEI DE 13 MESES À 2 ANOS E 11  
MESES VEGETARIANO PARTE 2  
JULHO/2022

HORARIO	SEGUNDA 11/07	TERÇA 12/07	QUARTA 13/07	QUINTA 14/07	SEXTA 15/07					
07:30H-8:00H DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR					
10:30H-11:00H ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR					
14:00H-14:30H LANCHE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR					
16:30-17:00H JANTAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR					
HORARIO	SEGUNDA 18/07	TERÇA 19/07	QUARTA 20/07	QUINTA 21/07	SEXTA 22/07	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO				
07:30H-8:00H DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	FORMAÇÃO CONTINUADA	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + mamão	Creme de Banana + maçã + leite	KCAL	501,2	Kcal	CA	118,4
						CHO	31,5	g	FE	14,55
10:30H-11:00H ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	FORMAÇÃO CONTINUADA	Arroz + Feijão carioca + Grão de bico ao molho com legumes (cenoura e chuchu) + salada de alface + Tangerina	Arroz + Feijão preto + Hamburguer de PTS + Salada de brócolis + banana	PTN	10,3	g	VIT. A	36,98
						LIP	7,9	g	VIT. C	106,3
14:00H-14:30H LANCHE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Mingau de aveia banana	Suco de Maracujá + banana com aveia	MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR				
						KCAL	477,1	Kcal	CA	99,63
						CHO	45,6	g	FE	15,20
16:30-17:00H JANTAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Sopa de ervilha com mandioca+beterraba+abobrin ha+espinafre	Macarrão parafuso com lentilha ao molho+brócolis refogado	PTN	10,4	g	VIT. A	32,11
						LIP	8,2	g	VIT. C	108,7

Patrícia dos Santos Alves  
Mat. Funcional nº7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781  
Contrato nº 07/0/2021

Ligia Maria Toledo Faria Vicente  
Mat. Funcional 11.148 CRN 8º REGIÃO Nº 2321  
Contrato nº 07/0/2021

Camille Costa Lima de Carvalho  
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102  
Contrato nº 07/0/2021

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



CARDÁPIO CMEI DE 13 MESES À 2 ANOS E 11  
MESES VEGETARIANO PARTE 3  
JULHO/2022

HORÁRIO	SEGUNDA 25/07	TERÇA 26/07	QUARTA 27/07	QUINTA 28/07	SEXTA 29/07	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO
07:30H-8:00H DESJEJUM	Suco de uva integral+ panqueca colorida (couve)	Chá capim cidreira+ biscoito polvilho + laranja	Suco de maracujá natural + banana com aveia	Leite com morango e banana	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	KCAL 312,6 Kcal CA 41,21 mg CHO 29,9 g FE 6,58 mg PTN 6,3 g VT. A 10,33 mcg LIP 2,6 g VT. C 35,87 mg
10:30H-11:00H ALMOÇO	Arroz + Feijão carioca + Grão de bico ao molho + Polenta + Salada de pepino com tomate + Maçã	Arroz + Feijão preto + Lentilha ao molho + Jardineira de legumes (abobrinha + batata salada + cenoura) + Mamão	Arroz integral + Feijão carioca + Ovos mexidos c/ espinafre + Abóbora refogada + Maçã	Macarrão com PTS ao molho + Salada de acelga + Banana	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	KCAL 325,6 Kcal CA 38,50 mg CHO 28,7 g FE 7,10 mg PTN 7,9 g VT. A 12,41 mcg LIP 3,9 g VT. C 36,99 mg
14:00H-14:30H LANCHE	Suco de abacaxi natural+ ovos mexidos com couve + melão picado	logunte natural com morango e banana batido	Purê de abacate com banana	Suco de uva integral + Panqueca colorida (cenoura)	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	KCAL 325,6 Kcal CA 38,50 mg CHO 28,7 g FE 7,10 mg PTN 7,9 g VT. A 12,41 mcg LIP 3,9 g VT. C 36,99 mg
16:30-17:00H JANTAR	Canja (arroz+ervilha +abobrinha +cenoura batata+couve)	Arroz carreteiro com PTS (cenoura + batata+espinafre) + salada de beterraba	Risoto de legumes (cenoura+batata+milho e ervilha) + rúcula + banana	Sopa de feijão (batata+ cenoura+couve) + tangerina	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	KCAL 325,6 Kcal CA 38,50 mg CHO 28,7 g FE 7,10 mg PTN 7,9 g VT. A 12,41 mcg LIP 3,9 g VT. C 36,99 mg

Aluno: Miguel Kleina - Juvelina  
Dieta: Vegetariano

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

Ligia Macedo Toledo Faria Vicente  
Mat. Funcional 11.146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321  
Contrato nº 070/2021

Carmile Contenteiro 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