

PREFEITURA DE PARANAGUA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE  
DEPARTAMENTO ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR  
**CARDÁPIO INTEGRAL ALERGIA MÚLTIPLA PARTE 1**  
**JULHO/2022**

HORÁRIO	SEGUNDA 27/06	TERÇA 28/06	QUARTA 29/06	QUINTA 30/06	SEXTA 01/07	MÉDIA SEMANAL DE SJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL					
07:30H - 08:00H DESJEJUM					Chá com leite s/ lactose + biscoito salgado integral s/ glúten s/ lactose + mamão	KCAL	558,4	Kcal	CA	287,41	mg
10:30H - 11:00H ALMOÇO					Arroz + Feijão preto + Carne bovina ao molho com mandioca + Salada de alface + Maçã	CHO	52,3	g	FE	4,50	mg
14:00H - 14:30 H LANCHE					Vitamina de frutas com leite s/ lactose (abacate) + biscoito doce integral s/ glúten s/ lactose	PTN	36,5	g	VIT. A	106,58	mcg
						LIP	24,9	g	VIT. C	31,89	mg
HORÁRIO	SEGUNDA 04/07	TERÇA 05/07	QUARTA 06/07	QUINTA 07/07	SEXTA 08/07	MÉDIA SEMANAL DE SJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL					
07:30H - 08:00H DESJEJUM	Café com leite s/ lactose + pão fatiado s/ glúten s/ lactose + margarina s/ lactose	Vitamina de frutas com leite s/ lactose (abacate) + biscoito doce integral s/ glúten s/ lactose	Chá com leite s/ lactose + pão de leite fatiado s/ glúten s/ lactose + manteiga s/ lactose	Leite s/ lactose com fruta (mamão) + bolo de cenoura sem cobertura s/ glúten s/ lactose	Suco integral de uva + sanduíche de pão fatiado s/ glúten s/ lactose + queijo s/ lactose + tomate + alface	KCAL	412,0	Kcal	CA	189,54	mg
10:30H - 11:00H ALMOÇO	Arroz + Feijão carioca + Frango ao molho (salsani) + Salada de repolho com cenoura + Caju	Arroz + Feijão preto + Carne (cubos/fscas) ao molho + Purê de batatas s/ leite + Salada de beterraba	Arroz + Feijão carioca + Frango assado (sobrecoca) + Milho, ervilha e cenoura refogados + Maçã	Arroz + Feijoadinha com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca + Mamão	Risoto de frango (batata + cenoura + milho + ervilha + frango) + Salada de couve-flor + maçã	CHO	58,7	g	FE	6,58	mg
14:00H - 14:30 H LANCHE	Chá com leite s/ lactose + biscoito salgado integral s/ glúten s/ lactose + maçã	Suco integral de maçã + bolo de fubá s/ glúten s/ lactose + mamão	Café com leite s/ lactose + pão fatiado s/ glúten s/ lactose + margarina s/ lactose	Arroz doce com leite de coco + maçã	Suco de uva integral + pão s/ glúten s/ lactose + ovos mexidos + melão	PTN	28,9	g	VIT. A	189,78	mcg
						LIP	14,5	g	VIT. C	54,36	mg
HORÁRIO	SEGUNDA 11/07	TERÇA 12/07	QUARTA 13/07	QUINTA 14/07	SEXTA 15/07						
07:30H - 08:00H 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 - 14:30 H LANCHE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR						

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

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

Camille Camargo Andrade 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



PREFEITURA DE PARANAGUA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE  
DEPARTAMENTO ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR  
CARDÁPIO INTEGRAL ALERGIA MÚLTIPLA PARTE 2  
JULHO/2022

HORÁRIO	SEGUNDA 18/07	TERÇA 19/07	QUARTA 20/07	QUINTA 21/07	SEXTA 22/07	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL						
07:30H - 08:00H DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	FORMAÇÃO CONTINUADA	Café com leite s/ lactose + biscoito polvilho salgado s/ glúten s/ lactose + mamão	Suco integral de uva + pão de milho s/ glúten s/ lactose + requeijão s/ lactose	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	KCAL	499,4	Kcal	CA	115,87	mg
10:30H - 11:00H ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	FORMAÇÃO CONTINUADA	Arroz + Feijão carioca + Carne moída ao molho com legumes (cenoura e chuchu) + salada de alface + maçã	Arroz + Feijão preto + Frango grelhado (sassami) + Salada de brócolis + mamão		CHO	44,0	g	FE	6,98	mg
14:00H - 14:30 H LANCHE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Suco integral de uva + pão s/ glúten s/ lactose + queijo s/ lactose + alface + tomate	logurite de morango s/ lactose + biscoito doce integral s/ glúten s/ lactose + maçã		PTN	12,3	g	VIT. A	74,33	mcg
							LIP	11,1	g	VIT. C	17,98	mg
HORÁRIO	SEGUNDA 25/07	TERÇA 26/07	QUARTA 27/07	QUINTA 28/07	SEXTA 29/07	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL					
07:30H - 08:00H DESJEJUM	Suco de uva integral + pão de leite s/ glúten s/ lactose + ovos mexidos + melão	Café com leite s/ lactose + biscoito salgado integral s/ glúten s/ lactose + caqui	Chá com leite s/ lactose + pão de leite fritoado s/ glúten s/ lactose + manteiga s/ lactose	Suco integral de uva + pão de leite s/ glúten s/ lactose + ovos mexidos + alface + cenoura ralada + bolo de cenoura s/ lactose s/ glúten	Suco integral de uva + pão de leite s/ glúten s/ lactose + ovos mexidos + alface + cenoura ralada + bolo de cenoura s/ lactose s/ glúten		KCAL	321,5	Kcal	CA	84,52	mg
10:30H - 11:00H ALMOÇO	Arroz + Feijão carioca + carne moída ao molho com ervilha + Polenta + Salada de pepino com tomate + Maçã	Arroz + Feijão preto + Frango ao molho + Jaridreira de legumes (abobrinha + batata salsa + cenoura) + Mamão	Arroz integral + Feijão carioca + Peixe ao molho + Prêlo do molho de peixe + Salada de couve-flor e tomate	Macarrão s/ glúten com molho de carne moída + Salada de acelga + maçã			CHO	37,0	g	FE	5,85	mg
							PTN	21,2	g	VIT. A	87,41	mcg
							LIP	10,6	g	VIT. C	13,50	mg
14:00H - 14:30 H LANCHE	Café com leite s/ lactose + biscoito salgado integral s/ glúten s/ lactose + melão	Suco integral de uva + pão integral s/ glúten s/ lactose com requeijão s/ lactose	Vitamina de frutas com leite s/ lactose (abacate) + biscoito doce integral s/ glúten s/ lactose	Suco integral de uva + pão de leite s/ glúten s/ lactose + ovos mexidos + alface + cenoura ralada + bolo de cenoura s/ lactose s/ glúten	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ							
Aluno: Brayan Silva C. Souza - Roseclair												
Dieta: ALERGIA MÚLTIPLA - Glutén, Cítricos, Banana, Intolerância Lactose												