

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
SEM LACTOSE E PEIXE PARTE 1
JULHO/2022

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL

HORÁRIO	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 c/ leite s/ lactose (maçã + mamão) + biscoito de aveia com banana	KCAL 452,4 Kcal	CA 111,3 mg	CHO 31,5 g	FE 9,87 mg
10:30H-11:00H ALMOÇO					Arroz + Feijão preto + Carne bovina ao molho com mandioca + Salada de alface + Maçã	PTN 12,8 g	VIT. A 26,32 mcg	LIP 6,5 g	VIT. C 103,6 mg
14:00H-14:30H LANCHE					Leite s/ lactose + Panqueca de banana com aveia s/ leite	MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR			
16:30-17:00H JANTAR					Risoto de frango (cenoura + batata + milho + ervilha + espinafre)	KCAL 487,3 Kcal	CA 106,5 mg	CHO 36,3 g	FE 8,96 mg
HORÁRIO	SEGUNDA 04/07	TERÇA 05/07	QUARTA 06/07	QUINTA 07/07	SEXTA 08/07	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO			
07:30H-8:00H DESJEJUM	Suco maçã integral + salada de frutas 3 (mamão + kiwi + banana)	Leite s/ lactose + Panqueca de banana com aveia s/ leite	Mingau de aveia com banana com leite s/ lactose	iogurte natural s/ lactose com morango e banana batido	Creme de Manga + banana + aveia	KCAL 464,9 Kcal	CA 98,41 mg	CHO 34,9 g	FE 10,25 mg
10:30H-11:00H ALMOÇO	Arroz + Feijão carioca + Frango ao molho (sassami) + Salada de repolho com cenoura + Caju	Arroz + Feijão preto + Carne (cubos/iscas) ao molho + Purê de batatas s/ leite + Salada de beterraba	Arroz + Feijão carioca + Frango assado (sobrecoxa) + Milho, ervilha e cenoura refogadas + Maçã	Arroz + Feijoadas com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca + Laranja	Risoto de frango (batata + cenoura + milho + ervilha + frango + Salada de couve-flor + Banana	PTN 8,9 g	VIT. A 30,85 mcg	LIP 5,8 g	VIT. C 100 mg
14:00H-14:30H LANCHE	Sagu + Maçã picada	iogurte natural s/ lactose com morango e banana batido	Chá erva doce + biscoito polvilho s/ lactose + péra	Suco maçã integral + salada de frutas (mamão + kiwi + banana)	Vitamina de Frutas c/ leite s/ lactose (maçã + mamão) + biscoito de aveia com banana	MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR			
16:30-17:00H JANTAR	Arroz carreteiro com cenoura+batata+espinafre + salada de alface	Potentia+frango ao molho+ agrião+salada de aceleja	Sopa de feijão (batata+carne+ cenoura+couve) + Tangerina	Canja (arroz+frango+ abobrinha+cenoura+batata+ espinafre)	Purê de batatas s/ leite + Carne moída ao molho+escarola+salada de alface	KCAL 498,2 Kcal	CA 92,25 mg	CHO 37,0 g	FE 11,41 mg
						PTN 13,4 g	VIT. A 40,06 mcg	LIP 6,9 g	VIT. C 102,6 mg

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 07/02/2021

Lígia Macedo Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 07/02/2021

Camille Conceição de Carvalho
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102
Contrato nº 07/02/2021

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

CARDÁPIO CMEI DE 13 MESES À 2 ANOS E 11 MESES
SEM LACTOSE E PEIXE PARTE 2
JULHO/2022

HORÁRIO	SEGUNDA 11/07	TERÇA 12/07	QUARTA 13/07	QUINTA 14/07	SEXTA 15/07	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO
07:30H-8:00H DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	KCAL 501,2 Kcal CA 118,4 mg CHO 31,5 g FE 14,55 mg PTN 10,3 g VIT. A 36,98 mcg LIP 7,9 g VIT. C 106,3 mg
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	
HORÁRIO	SEGUNDA 18/07	TERÇA 19/07	QUARTA 20/07	QUINTA 21/07	SEXTA 22/07	
07:30H-8:00H DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	FORMAÇÃO CONTINUADA	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + mamão	Creme de Banana c/ leite s/ lactose + maçã	KCAL 477,1 Kcal CA 99,63 mg CHO 45,6 g FE 15,20 mg PTN 10,4 g VIT. A 32,11 mcg LIP 8,2 g VIT. C 108,7 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 + Tangerina	Arroz + Feijão preto + Frango grelhado (sassarri) + Salada de brócolis + banana	
14:00H-14:30H LANCHE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Mingau de aveia c/ leite s/ lactose c/ banana	Suco de Maracujá + banana com aveia	
16:30-17:00H JANTAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Sopa de frango com mandioca +beterraba+abobrinha+ espinafre	Macarrão parafuso com carne moída a molho+brócolis refogado	

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

Lígia Macedo de Jesus Faria Vicente
Mat. Funcional 11.146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 070/2021

Camille Casselino 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

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
SEM LACTOSE E PEIXE 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) c/ leite s/ lactose	Chá capim cidreira + biscoito polvilho s/ lactose + laranja	Suco de maracujá natural + banana com aveia	Leite s/ lactose com morango e banana	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	KCAL 312,6 Kcal CA 41,21 mg CHO 29,9 g FE 6,58 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 + Jardineira de legumes (abobrinha + batata salada + cenoura) + Mamão	Arroz + Feijão preto + Carne bovina ao molho com mandioca + Salada de couve fior c/ tomate + Maçã	Macarrão com molho de carne moída + Salada de acelga + Banana	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	PTN 6,3 g VIT. A 10,33 mcg LIP 2,6 g VIT. C 35,87 mg
14:00H-14:30H LANCHE	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos com couve + melão picado	logurte natural s/ lactose com morango e banana batido	Purê de abacate com banana	Suco de uva integral + Panqueca colorida (cenoura) c/ leite s/ lactose	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR KCAL 325,6 Kcal CA 38,50 mg CHO 28,7 g FE 7,10 mg
16:30-17:00H JANTAR	Canja (arroz+frango+abobrinha +cenoura+batata+couve)	Arroz carreteiro com (cenoura +batata+espinafre) + salada de beterraba	Risoto de frango (cenoura+batata+milho e ervilha) + rúcula + banana	Sopa de feijão (batata+carne+ cenoura+couve) + tangerina	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	PTN 7,9 g VIT. A 12,41 mcg LIP 3,9 g VIT. C 36,99 mg

Aluno: Diego de Souza Gonçalves - Ruth Baka
Dieta: Intolerância a Lactose e Peixe

Patrícia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 7893 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 Cássio de Carvalho
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102
Contrato nº 070/2021

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