

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

**CARDÁPIO EUFRASINA**  
**JULHO /2022**



Selo  
Nutrição  
Escolar

**PREFEITURA DE  
PARANAGUÁ**  
**CIDADE MÃE DO PARANÁ**

HORÁRIO	SEGUNDA 27/06	TERÇA 28/06	QUARTA 29/06	QUINTA 30/06	SEXTA 01/07	MÉDIA SEMANAL DE JANTAR VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30H - 8:00H					Chá com leite + biscoito salgado integral + marmão	KCAL 502,4 Kcal CA 139,71 mg
MERENDA MANHÃ-TARDE 10H - 15:00H					Arroz + Feijão preto + Carne bovina ao molho com mandioca + Salada de alface + Maçã	PTN 43,7 g VIT. A 205,66 mcg LIP 12,5 g VIT. C 199,14 mg
HORÁRIO	SEGUNDA 04/07	TERÇA 05/07	QUARTA 06/07	QUINTA 07/07	SEXTA 08/07	MÉDIA SEMANAL DE JANTAR VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30H - 8:00H	Café com leite + pão fritado + queijo + margarina	Vitamina de frutas (abacate e banana) + biscoito doce integral	Chá com leite + pão de leite fritado + manteiga	Leite com fruta (mamão) + bolo de cenoura sem cobertura	Suco integral de uva + sanduíche de pão fritado + queijo + tomate + alface	KCAL 514,6 Kcal CA 121,58 mg CHO 56,3 g FE 13,16 mg
MERENDA MANHÃ-TARDE 10H - 15:00H	Arroz + Feijão carioca + Frango ao molho (salsam) + Salada (cubofiscas) + Purê de batatas + Salada de beterraba + Caqui	Arroz + Feijão preto + Carne assada (sobrecoxa) + Creme de milho + Maçã	Arroz + Feijão 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 VIT. A 202,38 mcg LIP 11,0 g VIT. 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	MÉDIA SEMANAL DE JANTAR VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30H - 8:00H	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	FORMAÇÃO CONTINUADA	Café com leite + biscoito polvilho salgado + mamão	Suco integral de laranja + pão de milho + requeijão	KCAL 489,8 Kcal CA 110,96 mg CHO 49,9 g FE 11,25 mg
MERENDA MANHÃ-TARDE 10H - 15:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Arroz + Feijão carioca + Carne morna ao molho com legumes (cenoura e chuchu) + Salada de alface + Tangerina	Arroz + Feijão preto + Frango grelhado (salsam) + Salada de brócolis + banana	PTN 36,9 g VIT. A 236,78 mcg LIP 11,0 g VIT. C 201,00 mg
HORÁRIO	SEGUNDA 25/07	TERÇA 26/07	QUARTA 27/07	QUINTA 28/07	SEXTA 29/07	MÉDIA SEMANAL DE JANTAR VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM 7:30H - 8:00H	Suco de abacaxi natural + pão de leite + ovos mexidos + mermelada	Café com leite + biscoito salgado integral + caqui	Chá com leite + pão de leite fritado + manteiga	Suco integral de uva + pão de leite + ovos mexidos, alface, cenoura fritada + bolo de laranja	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	KCAL 325,6 Kcal CA 73,25 mg CHO 28,7 g FE 6,89 mg
MERENDA MANHÃ-TARDE 10H - 15:00H	Arroz + Feijão carioca + Carne morna ao molho com envilha + Pudim + Salada de pepino com tomate + Maçã	Arroz integral + Feijão carioca + Peixe ao molho + Pirão do molho de peixe + Salada de couve-flor + Batata	Macarrão com molho de carne moída + Salada de acelga + Banana	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	PTN 14,0 g VIT. A 96,32 mcg LIP 4,2 g VIT. C 65,10 mg	

Patrícia dos Santos Alves

Lúcia Maria Toledo Faria Vicente

Camille Cleopatra de Carvalho

Bruna Rosalinski de Borba

Mat Funcional nº7893 CRN 8º REGIÃO N° 1781

Mat. Funcional 11-15 CRN 8º REGIÃO N° 2321

Mat. Funcional 7834 CRN 8º REGIÃO N° 1102

Contrato nº 07/2021

Contrato nº 07/2021