

PREFEITURA DE PARANAGUA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE  
DEPARTAMENTO ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR  
**CARDÁPIO CMEI 3 À 5 ANOS APLV SEM CORANTE E  
PEIXE 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
07:30H - 08:00H DESJEJUM					Chá com leite vegetal + biscoito salgado integral s/ leite + mamão	KCAL 558,4 Kcal CA 287,41 mg CHO 62,3 g FE 4,50 mg PTN 36,5 g VIT. A 106,58 mcg LIP 24,9 g VIT. C 31,89 mg
10:30H - 11:00H ALMOÇO					Arroz + Feijão preto + Carne bovina ao molho com mandioca + Salada de alface + Maçã	KCAL 624,4 Kcal CA 299,84 mg CHO 61,5 g FE 5,11 mg PTN 39,9 g VIT. A 201,69 mcg LIP 15,5 g VIT. C 40,22 mg
14:00H - 14:30H LANCHE					Vitamina de frutas com leite vegetal (mamão + banana) + biscoito doce integral s/ leite	MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR VALOR NUTRICIONAL
16:30H - 17:00H JANTAR					Risoto de frango (batata + cenoura + milho + ervilha + espinafre)	KCAL 412,0 Kcal CA 189,54 mg CHO 58,7 g FE 6,58 mg PTN 28,9 g VIT. A 189,78 mcg LIP 14,5 g VIT. C 54,36 mg
HORÁRIO	SEGUNDA 04/07	TERÇA 05/07	QUARTA 06/07	QUINTA 07/07	SEXTA 08/07	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO
07:30H - 08:00H DESJEJUM	Café com leite vegetal + pão fatiado s/ leite + creme vegetal	Vitamina de frutas com leite vegetal (abacate e banana) + biscoito doce integral s/ leite	Chá com leite vegetal + pão fatiado s/ leite + creme vegetal	Leite vegetal com fruta (mamão) + bolo de cenoura sem cobertura s/ leite	Suco integral de uva + sanduiche de pão fatiado s/ leite + creme vegetal + tomate + alface	KCAL 499,9 Kcal CA 200,30 mg CHO 60,6 g FE 9,87 mg PTN 36,5 g VIT. A 100,20 mcg LIP 1,3 g VIT. C 61,30 mg
10:30H - 11:00H ALMOÇO	Arroz + Feijão carioca + Frango ao molho (sassami) + Salada de repolho com cenoura + Caqui	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 refogados + Maçã	Arroz + Feijoadá com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca + Laranja	Risoto de frango (batata + cenoura + milho + ervilha + frango) + Salada de couve-flor + Banana	MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR VALOR NUTRICIONAL
14:00H - 14:30H LANCHE	Chá com leite vegetal + biscoito salgado integral s/ leite + laranja	Suco integral de maçã + bolo de fubá s/ leite + mamão	Café com leite vegetal + pão fatiado s/ leite + creme vegetal	Arroz doce com leite de coco + maçã	Suco de abacaxi natural + pão s/ leite + ovos mexidos + melão	KCAL 499,9 Kcal CA 200,30 mg CHO 60,6 g FE 9,87 mg PTN 36,5 g VIT. A 100,20 mcg LIP 1,3 g VIT. C 61,30 mg
16:30H - 17:00H JANTAR	Arroz carreteiro com cenoura + batata + espinafre + salada de alface	Polenta + Frango ao molho + agrão + salada de azeitona	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 499,9 Kcal CA 200,30 mg CHO 60,6 g FE 9,87 mg PTN 36,5 g VIT. A 100,20 mcg LIP 1,3 g VIT. C 61,30 mg

Patricia dos Santos Alves  
Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIAO N° 1781  
Contrato nº 070/2021

Ligia Maciel Toledo Faria Vicente  
Mat. Funcional 11.146 CRN 8º REGIAO N° 2321  
Contrato nº 070/2021

Camille Cássio de Carvalho  
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIAO N° 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 CMEI 3 À 5 ANOS APLV SEM CORANTE E  
PEIXE PARTE 2  
JULHO/2022

HORÁRIO	SEGUNDA 11/07	TERÇA 12/07	QUARTA 13/07	QUINTA 14/07	SEXTA 16/07	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO
07:30H - 08:00H DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	KCAL 499,4 Kcal CA 115,87 mg CHO 44,0 g FE 6,98 mg
10:30H - 11:00H ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	PTN 12,3 g VIT. A 74,33 mcg LIP 11,1 g VIT. C 17,98 mg
14:00H - 14:30H LANCHE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	
16:30H - 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	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO
07:30H - 08:00H DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	FORMAÇÃO CONTINUADA	Café com leite vegetal + biscoito polvilho salgado s/ leite + mamão	Suco integral de laranja + pão de milho s/ leite + creme vegetal	KCAL 510,4 Kcal CA 91,24 mg CHO 48,8 g FE 3,89 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	PTN 12,3 g VIT. A 74,33 mcg LIP 11,1 g VIT. C 17,98 mg
14:00H - 14:30H LANCHE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Suco integral de uva + pão s/ leite + creme vegetal + alface + tomate	Leite vegetal com morango + biscoito doce integral s/ leite + banana	
16:30H - 17:00H JANTAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Sopa de frango com mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre	Macarrão parafuso com carne moída ao molho + brócolis refogado	PTN 13,3 g VIT. A 51,12 mcg LIP 10,2 g VIT. C 18,40 mg
MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR VALOR NUTRICIONAL						
KCAL 510,4 Kcal CA 91,24 mg						
CHO 48,8 g FE 3,89 mg						
PTN 13,3 g VIT. A 51,12 mcg						
LIP 10,2 g VIT. C 18,40 mg						

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

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente  
Mat. Funcional 1.146 CRN 8º REGIÃO Nº 2221  
Contrato nº 070/2021

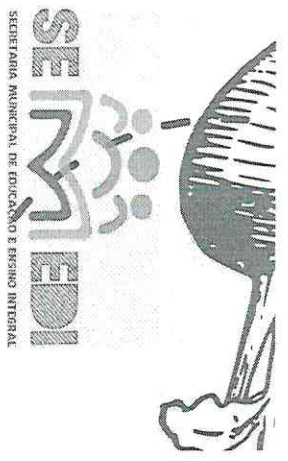
Camille Colégio de Carvalho  
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102  
Contrato nº 070/2021

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



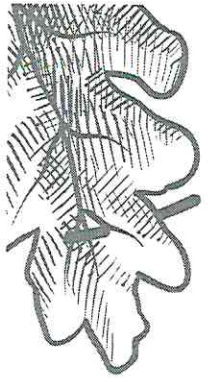
PREFEITURA DE PARANAGUÁ  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE  
DEPARTAMENTO ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO CMEI 3 À 5 ANOS APLV SEM CORANTE 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 - 08:00H DESJEJUM	Suco de abacaxi natural + pão s/ leite + ovos mexidos + melão	Café com leite vegetal + biscoito salgado integral s/ leite + caqui	Chá com leite vegetal + pão fatiado s/ leite + creme vegetal	Suco integral de uva + pão s/ leite + ovos mexidos + alface + cenoura ralada + bolo de laranja s/ leite	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	KCAL	321,5	Kcal	CA	84,52
						CHO	37,0	g	FE	5,85
						PTN	21,2	g	VIT. A	87,41
						LIP	8,6	g	VIT. C	36,45
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 salsa + cenoura) + Mamão	Arroz + Feijão preto + Carne bovina ao molho com mandioca + Salada de couve flor c/ tomate + Maçã	Macarrão com molho de carne moída + Salada de aceitola + Banana	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR VALOR				
						NUTRICIONAL				
						KCAL	345,1	Kcal	CA	74,22
						CHO	36,5	g	FE	6,00
						PTN	18,7	g	VIT. A	84,12
						LIP	8,0	g	VIT. C	33,20
14:00H - 14:30H LANCHE	Café com leite vegetal + biscoito salgado integral s/ leite + tangerina	Suco integral de laranja + pão integral s/ leite com creme vegetal	Vitamina de frutas com leite vegetal (abacate + banana) + biscoito doce integral s/ leite	Suco integral de uva + pão s/ leite + ovos mexidos + alface + cenoura ralada + bolo de laranja s/ leite	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ					
16:30H - 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 + ervilha) + rúcula + banana	Sopa de feijão (batata + carne + cenoura + couve) + tangerina	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ					

Aluno: Clara Soares Pinto - Satiê  
Dieta: APLV + sem Corante + sem Peixe



Patrícia dos Santos Alves  
Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781  
Contrato nº 07/02021

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente  
Mat. Funcional nº 1.146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321  
Contrato nº 07/02021

Camille Cássia Vinícius Carvalho  
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102  
Contrato nº 07/02021

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

