

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

CARDÁPIO PIAÇAGUERA
JULHO/2022



HORÁRIO	SEGUNDA 27/06	TERÇA 28/06	QUARTA 29/06	QUINTA 30/06	SEXTA 01/07	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL					
						KCAL	502,4	Kcal	CA	139,71	mg
DESJEJUM 7.30H - 8.00H					Chá com leite + biscoito saigado integral + mamão	CHO	56,3	g	FE	13,16	mg
MERENDA MAINHÃ/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
						MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL					
HORÁRIO	SEGUNDA 04/07	TERÇA 05/07	QUARTA 06/07	QUINTA 07/07	SEXTA 08/07	KCAL	514,6	Kcal	CA	121,58	mg
DESJEJUM 7.30H - 8.00H	Café com leite + pão fatiado + queijo + margarina	Vitamina de frutas (abacate e banana) + biscoito doce integral	Chá com leite + pão de leite fatiado + manteiga	Lente com fruta (mamão) + bolo de cenoura sem cobertura	Suco integral de uva + sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alface	CHO	54,2	g	FE	12,50	mg
MERENDA MAINHÃ/TARDE 10H - 15.00H	Arroz + Feijão carioca + Frango ao molho (salsam) + Salada de repolho com cenoura + Caju	Arroz + Feijão preto + Carne (cubos/fritado) + Purê de batatas + Salada de beterraba	Arroz + Feijão carioca + Frango assado (sobrecoca) + Crema 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	202,88	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	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL					
DESJEJUM 7.30H - 8.00H	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	KCAL	489,8	Kcal	CA	110,96	mg
MERENDA MAINHÃ/TARDE 10H - 15.00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	CHO	49,9	g	FE	11,25	mg
HORÁRIO	SEGUNDA 18/07	TERÇA 19/07	QUARTA 20/07	QUINTA 21/07	SEXTA 22/07	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL					
DESJEJUM 7.30H - 8.00H	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	FORMAÇÃO CONTINUADA	Café com leite + biscoito polvilho saigado + mamão	Suco integral de laranja + pão de milho + requeijão	KCAL	489,8	Kcal	CA	110,96	mg
MERENDA MAINHÃ/TARDE 10H - 15.00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Arroz + Feijão carioca + Carne moída 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 DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL					
DESJEJUM 7.30H - 8.00H	Suco de abacaxi natural + pão de leite + ovos mexidos + melão	Café com leite + biscoito saigado integral + caju	Chá com leite + pão de leite fatiado + manteiga	Suco integral de uva + pão de leite + ovos mexidos, alface, cenoura ralada + bolo de laranja	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	KCAL	325,6	Kcal	CA	73,25	mg
MERENDA MAINHÃ/TARDE 10H - 15.00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	CHO	28,7	g	FE	6,89	mg
						PTN	14,0	g	VIT. A	96,32	mcg
						LIP	4,2	g	VIT. C	65,10	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 11.145 CRN 8º REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 070/2021

Camile Consuelino de Carvalho
Mat. Funcional 7694 CRN 8º REGIÃO Nº 1102
Contrato nº 070/2021

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