

HORÁRIO	SEGUNDA 27/06	TERÇA 28/06	QUARTA 29/06	QUINTA 30/06	SEXTA 01/07	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO								
						VALOR NUTRICIONAL								
14:00H - 14:30H LANCHE	Chá com leite + biscoito salgado integral + laranja	Suco integral de maçã + bolo de fubá + mamão	Café com leite + pão fatiado + queijo + margarina	Arroz + Feijão preto + Frango (cubos/salsas) ao molho + Purê de batatas + Salada de beterraba	Arroz + Feijão caioica + Frango assado (sobrecoxa) + Creme de milho + Maçã	Arroz + Feijoadá com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca + Laranja	Arroz doce + maçã	Suco de abacaxi natural + pão de leite + ovos mexidos + melão	KCAL	Kcal	CA	CA	200,30	mg
10:30H - 11:00H ALMOÇO	Arroz + Frango carreiro com cenoura + batata + espinafre + salada de alface	Polenta + frango ao molho + agrião + salada de azeitona	Sopa de feijão (batata + carne + cenoura + couve) + Tangerina	Canja (arroz + frango + abobrinha + cenoura + batata + espinafre)	Purê de batatas + carne moída ao molho + escarola + salada de alface	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO	VALOR NUTRICIONAL	KCAL	Kcal	CA	CA	200,30	mg	
														CHO
07:30H - 08:00H DESJEJUM	Café com leite + pão fatiado + queijo + margarina	Vitamina de frutas (abacate e banana) + biscoito doce integral	Chá com leite + pão de leite fatiado + manteiga	L Leite com fruta (mamão) + bolo de cenoura sem cobertura	Suco integral de uva + sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alface	MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR VALOR	VALOR NUTRICIONAL	KCAL	Kcal	CA	CA	200,30	mg	
														CHO
16:30H - 17:00H JANTAR				Risoto de frango (batata + cenoura + milho + ervilha) + espinafre)		MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR VALOR	VALOR NUTRICIONAL	KCAL	Kcal	CA	CA	200,30	mg	
														CHO
14:00H - 14:30H LANCHE						MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR VALOR	VALOR NUTRICIONAL	KCAL	Kcal	CA	CA	200,30	mg	
														CHO
16:30H - 17:00H JANTAR						MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR VALOR	VALOR NUTRICIONAL	KCAL	Kcal	CA	CA	200,30	mg	
														CHO
07:30H - 08:00H DESJEJUM						MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR VALOR	VALOR NUTRICIONAL	KCAL	Kcal	CA	CA	200,30	mg	
														CHO
10:30H - 11:00H ALMOÇO						MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR VALOR	VALOR NUTRICIONAL	KCAL	Kcal	CA	CA	200,30	mg	
														CHO
14:00H - 14:30H LANCHE						MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR VALOR	VALOR NUTRICIONAL	KCAL	Kcal	CA	CA	200,30	mg	
														CHO
16:30H - 17:00H JANTAR						MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR VALOR	VALOR NUTRICIONAL	KCAL	Kcal	CA	CA	200,30	mg	
														CHO

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 Cooperthofe 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

CARDÁPIO CMEI DE 3 À 5 ANOS 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					
						VALOR NUTRICIONAL					
07:30H - 08:00H DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	KCAL	499,4	Kcal	CA	115,87	mg
10:30H - 11:00H ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	CHO	44,0	g	FE	6,98	mg
14:00H - 14:30H LANCHE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	PTN	12,3	g	VIT. A	74,33	mcg
16:30H - 17:00H JANTAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	LIP	11,1	g	VIT. C	17,98	mg
HORÁRIO	SEGUNDA 18/07	TERÇA 19/07	QUARTA 20/07	QUINTA 21/07	SEXTA 22/07	MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR VALOR NUTRICIONAL					
07:30H - 08:00H DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	FORMAÇÃO CONTINUADA	FORMAÇÃO CONTINUADA	Suco integral de laranja + pão de milho + requeijão	KCAL	510,4	Kcal	CA	91,24	mg
10:30H - 11:00H ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	FORMAÇÃO CONTINUADA	FORMAÇÃO CONTINUADA	Arroz + Feijão preto + Frango grelhado (sassaril) + Salada de brócolis + banana	CHO	48,8	g	FE	3,89	mg
14:00H - 14:30H LANCHE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Suco integral de uva + pão + queijo + alface + tomate	PTN	13,3	g	VIT. A	51,12	mcg
16:30H - 17:00H JANTAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Sopa de frango com mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre	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

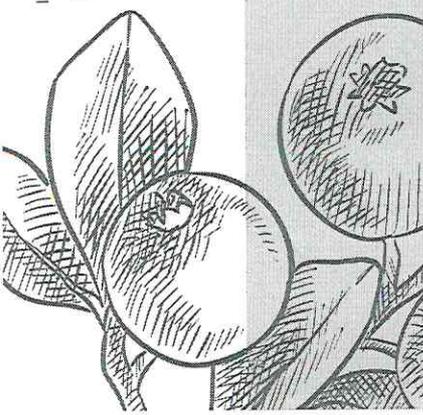
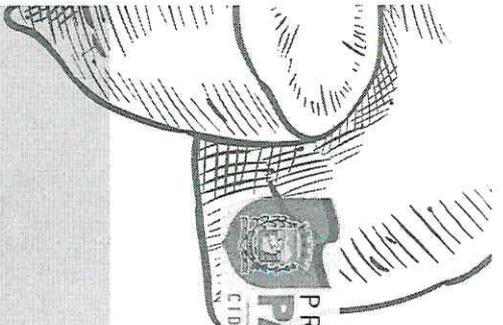
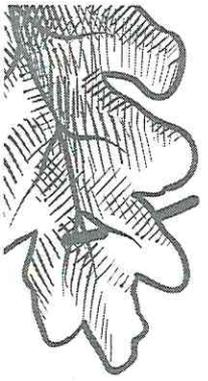
Ligia Marcia Theberga da Viçente
Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 070/2021

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

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

CARDÁPIO CMEI DE 3 À 5 ANOS PARTE 3
JULHO/2022

HORÁRIO	SEGUNDA 26/07	TERÇA 26/07	QUARTA 27/07	QUINTA 28/07	SEXTA 29/07	MÉDIA SEMANAL DESJEJUM E ALMOÇO VALOR NUTRICIONAL					
						KCAL	Kcal	CA	FE	VT. A	VT. C
07:30H - 08:00H DESJEJUM	Suco de abacaxi natural + pão de leite + ovos mexidos + melão	Café com leite + biscoito salgado integral + caqui	Chá com leite + pão de leite frito + manteiga	Suco integral de uva + pão de leite + ovos mexidos, alface, cenoura ralada + bolo de laranja	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	CHO	37,0	g	FE	5,85	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 salsa + cenoura) + Mamão	Arroz integral + Feijão carioca + Peixe ao molho + Pirão do molho de peixe + Salada de couve-flor e tomate	Macarrão com molho de carne moída + Salada de acelga + Banana	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	PTN	21,2	g	VT. A	87,41	mcg
14:00H - 14:30H LANCHE	Café com leite + biscoito salgado integral + tangerina	Suco integral de laranja + pão integral com requeijão	Vitamina de frutas (abacate + banana) + biscoito doce integral	Suco integral de uva + pão de leite + ovos mexidos, alface, cenoura ralada + bolo de laranja	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	LIP	8,6	g	VT. C	36,45	mg
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	MÉDIA SEMANAL LANCHE E JANTAR VALOR NUTRICIONAL					
						KCAL	345,1	Kcal	CA	74,22	mg
						CHO	36,5	g	FE	6,00	mg
						PTN	18,7	g	VT. A	84,12	mcg
						LIP	8,0	g	VT. C	33,20	mg



Patricia dos Santos Alves
Mat. Funcional nº 8993 CRN 8º REGIÃO Nº 1781
Contrato nº 070/2021

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional 14740 CRN 8º REGIÃO Nº 2321
Contrato nº 070/2021

Camille Conceição de Carvalho
Mat. Funcional 7994 CRN 8º REGIÃO Nº 1102
Contrato nº 070/2021

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