

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

CARDÁPIO PARCIAL ESPECIAL DIABETES  
JULHO/2022

PREFEITURA DE  
PARANAGUÁ  
CIDADE MÃE DO PARANÁ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL  
SE  
MUNI  
EDU

HORARIO	SEGUNDA 27/06	TERÇA 28/06	QUARTA 29/06	QUINTA 30/06	SEXTA 01/07	MEDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00 H MERENDA MANHÃ					Arroz integral + Feijão preto + Carne bovina ao molho com mandioca + Salada de alface + Maçã	KCAL 502,4 Kcal CHO 56,3 g PTN 43,7 g LIP 12,5 g
15:00 H MERENDA TARDE					Suco integral de uva + pão fatiado integral + queijo + alface + tomate	CA 139,71 mg FE 13,16 mg VIT. A 205,66 mcg VIT. C 199,14 mg
HORARIO	SEGUNDA 04/07	TERÇA 05/07	QUARTA 06/07	QUINTA 07/07	SEXTA 08/07	MEDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00 H MERENDA MANHÃ	Arroz integral+ Feijão carioca + Frango ao molho (salsami) + Salada de repolho com cenoura + Cajuí	Arroz integral + Feijão preto + Carne (cubos/fiscas) ao molho + Purê de batatas + Salada de beterraba	Arroz integral + Feijão carioca + Frango assado (sobrecoxa) + Carne de milho + Maçã	Arroz integral + Feijoadas com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca + Laranja	Vitamina de frutas com leite desnatado (abacate e banana) + biscoito doce integral diet	KCAL 514,6 Kcal CHO 54,2 g PTN 38,5 g LIP 11,0 g
15:00 H MERENDA TARDE	Chá com leite desnatado + biscoito salgado integral + laranja	Suco integral de maçã + bolo de fubá diet + mamão	Café com leite desnatado + pão fatiado integral + queijo + margarina	Arroz doce diet + maçã	Suco de abacaxi natural + pão integral + ovos mexidos + melão	CA 121,58 mg FE 12,50 mg VIT. A 202,88 mcg VIT. C 247,89 mg
HORARIO	SEGUNDA 11/07	TERÇA 12/07	QUARTA 13/07	QUINTA 14/07	SEXTA 15/07	
10:00 H MERENDA MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	
15:00 H MERENDA TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	
HORARIO	SEGUNDA 18/07	TERÇA 19/07	QUARTA 20/07	QUINTA 21/07	SEXTA 22/07	MEDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00 H MERENDA MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	FORMAÇÃO CONTINUADA	Arroz integral + Feijão carioca + Carne moída ao molho com legumes (cenoura e chuchu) + salada de alface + Tangerina	Arroz integral + Feijão preto + Frango grelhado (salsami) + Salada de brócolis + Banana	KCAL 489,8 Kcal CHO 49,9 g PTN 36,9 g LIP 11,0 g
15:00 H MERENDA TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Suco integral de uva + pão integral + queijo + alface + tomate	lignite de morango diet + biscoito doce integral diet + Banana	CA 110,96 mg FE 11,25 mg VIT. A 236,78 mcg VIT. C 201,00 mg
HORARIO	SEGUNDA 25/07	TERÇA 26/07	QUARTA 27/07	QUINTA 28/07	SEXTA 29/07	MEDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
10:00 H MERENDA MANHÃ	Arroz integral + Feijão carioca + carne moída ao molho com ervilha + Polenta + Salada de pepino com tomate + Maçã	Arroz integral + Feijão preto + Frango ao molho + Jardiniera de legumes (abobrinha + batata salva + cenoura) + Mamão	Arroz integral + Feijão carioca + Peixe ao molho + Pirão do molho de peixe + Salada de couve-flor e tomate	Macarão integral com molho de carne moída + Salada de azeite + Banana	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	KCAL 325,6 Kcal CHO 28,7 g PTN 14,0 g LIP 4,2 g
15:00 H MERENDA TARDE	Café com leite desnatado + biscoito salgado integral + Tangerina	Suco integral de laranja + pão integral com requeijão diet	Vitamina de frutas com leite desnatado (abacate + banana) + biscoito doce integral diet	Suco integral de uva + pão integral + ovos mexidos + alface + cenoura ralada + bolo de laranja diet	ANIVERSÁRIO PARANAGUÁ	CA 73,25 mg FE 6,89 mg VIT. A 96,32 mcg VIT. C 65,10 mg

Adoçante: Stevia ou Sucralose

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

Ligia Maria Toledo Faria Vicente  
Mat. Funcional nº 7746 CRN 8º REGIÃO N° 2321  
Contrato nº 070/2021

Garnile Cordeiro de Carvalho  
Mat. Funcional 7894 CRN 8º REGIÃO N° 1102  
Contrato nº 070/2021

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