

**PREFEITURA DE PARANAGUÁ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL**  
**CARDÁPIOS - JULHO 2014**

## Cardápio Berçário - 06 a 07 meses

### Julho 2014

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
		1/jul	2/jul	3/jul	4/jul	
DESJEJUM	Bebida láctea	Achocolatado	Bebida láctea	Enriquecedor	Bebida láctea	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g
	Biscoito doce	Biscoito salgado	Biscoito doce	Biscoito salgado	Biscoito doce	<b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
ALMOÇO	Arroz, polenta	Arroz, feijão	Arroz, feijão	Arroz, feijão	Arroz carreteiro	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g
	frango ao molho Salada folhosa	carne moída ao molho Fruta	carne isca ao molho Salada de legume	frango ao molho	Suco	<b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
MERENDA	Mingau	Bebida láctea Biscoito doce	Sucrilhos com leite	Bebida láctea Biscoito doce	Pudim	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
JANTAR	Sopa de feijão	Sopa de legumes	Canja	Arroz carreteiro	Sopa de legumes	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
	7/jul	8/jul	9/jul	10/jul	11/jul	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM	Enriquecedor	Bebida láctea	Chá	Achocolatado	Bebida láctea	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g
	Biscoito doce	Biscoito salgado	Biscoito doce	Biscoito salgado	Biscoito salgado	<b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
ALMOÇO	Macarrão ao molho	Arroz, feijão	Arroz, feijão	Arroz, feijão	Risoto	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g
	de frango	carne moída ao molho com legume	carne isca ao molho Suco	carne moída ao molho	Suco	<b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
MERENDA	Canjica	Achocolatado Biscoito doce	Arroz doce	Bebida láctea Biscoito doce	Mingau	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
JANTAR	Sopa de feijão	Canja	Macarrão ao molho de Carne moída	Arroz carreteiro	Sopa de feijão	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 32,52 g <b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g

**PREFEITURA DE PARANAGUÁ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL**  
**CARDÁPIOS - JULHO 2014**

	14/jul	15/jul	16/jul	17/jul	18/jul	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL			
<b>DESJEJUM</b>	RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO ESCOLAR	Mamadeira Biscoito doce	Mamadeira Biscoito salgado	<b>Kcal:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g	<b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>ALMOÇO</b>	RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO ESCOLAR	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão e frango	Sopinha de legumes (3 variedades) com carne bovina, arroz e caldinho de feijão	<b>Kcal:</b> 435,38 g	<b>Carboidrato:</b> 62,33 g	<b>Proteína:</b> 21,62 g	<b>Lipídeo:</b> 12,07 g
<b>MERENDA</b>	RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO ESCOLAR	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal	<b>Kcal:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g	<b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>JANTAR</b>	RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO ESCOLAR	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão e caldinho de feijão	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão	<b>Kcal:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g	<b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Lipídeo:</b> 0,00 g
	21/jul	22/jul	23/jul	24/jul	25/jul	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL			
<b>DESJEJUM</b>	Mamadeira Biscoito doce	Mamadeira Biscoito salgado	Mamadeira Biscoito doce	Mamadeira Biscoito salgado	Mamadeira Biscoito doce	<b>Kcal:</b> 486,20 g	<b>Carboidrato:</b> 16,50 g	<b>Proteína:</b> 0,78 g	<b>Lipídeo:</b> 12,73 g
<b>ALMOÇO</b>	Sopinha de legumes (3 variedades) com arroz e frango	Sopinha de legumes (3 variedades) com carne bovina, arroz e caldinho de feijão	Sopinha de legumes (3 variedades) carne bovina e arroz	Sopinha de legumes (3 variedades) com frango, arroz e caldinho de feijão	Sopinha de legumes (3 variedades) com frango, arroz e caldinho de feijão	<b>Kcal:</b> 420,22 g	<b>Carboidrato:</b> ##### g	<b>Proteína:</b> 15,49 g	<b>Lipídeo:</b> 13,95 g
<b>MERENDA</b>	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal	<b>Kcal:</b> 338,00 g	<b>Carboidrato:</b> 48,98 g	<b>Proteína:</b> 14,42 g	<b>Lipídeo:</b> 9,36 g
<b>JANTAR</b>	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão e caldinho de feijão	Sopinha de legumes (3 variedades) com arroz e frango	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão e caldinho de feijão	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão	Sopinha de legumes (3 variedades) com arroz e carne bovina	<b>Kcal:</b> 158,21 g	<b>Carboidrato:</b> 32,52 g	<b>Proteína:</b> 7,85 g	<b>Lipídeo:</b> 2,50 g
<b>SERVIÇO</b>	28/jul	29/jul	30/jul	31/jul		MÉDIA VALOR NUTRICIONAL			

**PREFEITURA DE PARANAGUÁ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL**  
**CARDÁPIOS - JULHO 2014**

<b>DESJEJUM</b>	Mamadeira Biscoito salgado	FERIADO	Mamadeira Biscoito doce	Mamadeira Biscoito salgado		<b>Kcal:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g
						<b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>ALMOÇO</b>	Sopinha de legumes (3 variedades) com frango e arroz	FERIADO	Sopinha de legumes (3 variedades) com carne bovina, arroz e caldinho de feijão	Sopinha de legumes (3 variedades) com carne bovina, arroz e caldinho de feijão		<b>Kcal:</b> 401,92 g	<b>Carboidrato:</b> 62,63 g
						<b>Proteína:</b> 15,31 g	<b>Lipídeo:</b> 10,02 g
<b>MERENDA</b>	Mamadeira com Cereal	FERIADO	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal		<b>Kcal:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g
						<b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>JANTAR</b>	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão e caldinho de feijão	FERIADO	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão e carne bovina	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão		<b>Kcal:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g
						<b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Lipídeo:</b> 0,00 g

## Cardápio Berçário - 08 meses a 2 anos

### Julho 2014

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
		1/jul	2/jul	3/jul	4/jul	
<b>DESJEJUM</b>	Bebida láctea Biscoito doce	Achocolatado Biscoito salgado	Bebida láctea Biscoito doce	Enriquecedor Biscoito salgado	Bebida láctea Biscoito doce	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>ALMOÇO</b>	Arroz, polenta frango ao molho Salada folhosa	Arroz, feijão carne moída ao molho Fruta	Arroz, feijão carne isca ao molho Salada de legume	Arroz, feijão frango ao molho	Arroz carreteiro Suco	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g

**PREFEITURA DE PARANAGUÁ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL**  
**CARDÁPIOS - JULHO 2014**

<b>MERENDA</b>	Mingau	Bebida láctea Biscoito doce	Sucrilhos com leite	Bebida láctea Biscoito doce	Pudim	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>JANTAR</b>	Sopa de feijão	Sopa de legumes	Canja	Arroz carreteiro	Sopa de legumes	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>SERVIÇO</b>	<b>7/jul</b>	<b>8/jul</b>	<b>9/jul</b>	<b>10/jul</b>	<b>11/jul</b>	<b>MÉDIA VALOR NUTRICIONAL</b>	
<b>DESJEJUM</b>	Enriquecedor Biscoito doce	Bebida láctea Biscoito salgado	Chá Biscoito doce	Achocolatado Biscoito salgado	Bebida láctea Biscoito salgado	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>ALMOÇO</b>	Macarrão ao molho de frango	Arroz, feijão carne moída ao molho com legume	Arroz, feijão carne isca ao molho Suco	Arroz, feijão carne moída ao molho	Risoto Suco	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>MERENDA</b>	Canjica	Achocolatado Biscoito doce	Arroz doce	Bebida láctea Biscoito doce	Mingau	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>JANTAR</b>	Sopa de feijão	Canja	Macarrão ao molho de Carne moída	Arroz carreteiro	Sopa de feijão	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>SERVIÇO</b>	<b>14/jul</b>	<b>15/jul</b>	<b>16/jul</b>	<b>17/jul</b>	<b>18/jul</b>	<b>MÉDIA VALOR NUTRICIONAL</b>	
<b>DESJEJUM</b>	RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO ESCOLAR	Mamadeira Biscoito doce	Mamadeira Biscoito salgado	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>ALMOÇO</b>	RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO ESCOLAR	Macarrão ao molho de frango Suco	Arroz, feijão carne isca ao molho	<b>Kcal:</b> 435,38 g <b>Proteína:</b> 21,62 g	<b>Carboidrato:</b> 62,33 g <b>Lipídeo:</b> 12,07 g

**PREFEITURA DE PARANAGUÁ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL**  
**CARDÁPIOS - JULHO 2014**

<b>MERENDA</b>	RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO ESCOLAR	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>JANTAR</b>	RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO ESCOLAR	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão e caldinho de feijão	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>SERVIÇO</b>	<b>21/jul</b>	<b>22/jul</b>	<b>23/jul</b>	<b>24/jul</b>	<b>25/jul</b>	<b>MÉDIA VALOR NUTRICIONAL</b>	
<b>DESJEJUM</b>	Mamadeira Biscoito salgado	Mamadeira Biscoito salgado	Mamadeira Biscoito doce	Mamadeira Biscoito salgado	Mamadeira Biscoito doce	<b>Kcal:</b> 486,20 g <b>Proteína:</b> 0,78 g	<b>Carboidrato:</b> 16,50 g <b>Lipídeo:</b> 12,73 g
<b>ALMOÇO</b>	Arroz, polenta frango ao molho	Arroz, feijão carne moída com legume	Arroz, feijão frango ao molho	Arroz carreteiro Suco	Arroz, feijão frango ao molho Salada folhosa e fruta	<b>Kcal:</b> 420,22 g <b>Proteína:</b> 15,49 g	<b>Carboidrato:</b> 120,84 g <b>Lipídeo:</b> 13,95 g
<b>MERENDA</b>	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal	<b>Kcal:</b> 338,00 g <b>Proteína:</b> 14,42 g	<b>Carboidrato:</b> 48,98 g <b>Lipídeo:</b> 9,36 g
<b>JANTAR</b>	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão e caldinho de feijão	Sopinha de legumes (3 variedades) com arroz e frango	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão e caldinho de feijão	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão	Sopinha de legumes (3 variedades) com arroz e carne bovina	<b>Kcal:</b> 158,21 g <b>Proteína:</b> 7,85 g	<b>Carboidrato:</b> 32,52 g <b>Lipídeo:</b> 2,50 g
<b>SERVIÇO</b>	<b>28/jul</b>	<b>29/jul</b>	<b>30/jul</b>	<b>31/jul</b>		<b>MÉDIA VALOR NUTRICIONAL</b>	
<b>DESJEJUM</b>	Mamadeira Biscoito doce	FERIADO	Mamadeira Biscoito doce	Mamadeira Biscoito salgado		<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>ALMOÇO</b>	Risoto		Arroz, feijão	Arroz, feijão		<b>Kcal:</b> 401,92 g	<b>Carboidrato:</b> 62,63 g

**PREFEITURA DE PARANAGUÁ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL**  
**CARDÁPIOS - JULHO 2014**

	Salada de beterraba Suco	FERIADO	carne isca ao molho	carne moída ao molho		<b>Proteína:</b> 15,31 g	<b>Lipídeo:</b> 10,02 g
<b>MERENDA</b>	Mamadeira com Cereal	FERIADO	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal		<b>Kcal:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g
						<b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>JANTAR</b>	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão e caldinho de feijão	FERIADO	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão e carne bovina	Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão		<b>Kcal:</b> 0,00 g	<b>Carboidrato:</b> 0,00 g
						<b>Proteína:</b> 0,00 g	<b>Lipídeo:</b> 0,00 g

# Cardápio Berçário - 2 a 5 anos

## Julho 2014

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
		1/jul	2/jul	3/jul	4/jul	
<b>DESJEJUM</b>		RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>ALMOÇO</b>		RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>MERENDA</b>		RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>JANTAR</b>		RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g

**PREFEITURA DE PARANAGUÁ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL**  
**CARDÁPIOS - JULHO 2014**

						Proteína: 0,00 g Lipídeo: 0,00 g
<b>SERVIÇO</b>	<b>7/jul</b>	<b>8/jul</b>	<b>9/jul</b>	<b>10/jul</b>	<b>11/jul</b>	<b>MÉDIA VALOR NUTRICIONAL</b>
<b>DESJEJUM</b>	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Kcal: 0,00 g Carboidrato: 0,00 g Proteína: 0,00 g Lipídeo: 0,00 g
<b>ALMOÇO</b>	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Kcal: 0,00 g Carboidrato: 0,00 g Proteína: 0,00 g Lipídeo: 0,00 g
<b>MERENDA</b>	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Kcal: 0,00 g Carboidrato: 0,00 g Proteína: 0,00 g Lipídeo: 0,00 g
<b>JANTAR</b>	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Kcal: 0,00 g Carboidrato: 0,00 g Proteína: 0,00 g Lipídeo: 0,00 g
<b>SERVIÇO</b>	<b>14/jul</b>	<b>15/jul</b>	<b>16/jul</b>	<b>17/jul</b>	<b>18/jul</b>	<b>MÉDIA VALOR NUTRICIONAL</b>
<b>DESJEJUM</b>	RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO ESCOLAR	Bebida láctea Biscoito salgado	Achocolatado Biscoito doce	Kcal: 346,16 g Carboidrato: 59,74 g Proteína: 9,33 g Lipídeo: 7,81 g
<b>ALMOÇO</b>	RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO ESCOLAR	Macarrão ao molho de frango Suco	Arroz, feijão carne isca ao molho	Kcal: 435,38 g Carboidrato: 62,33 g Proteína: 21,62 g Lipídeo: 12,07 g
<b>MERENDA</b>	RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO ESCOLAR	Sucrilhos com leite	Mingau	Kcal: 225,04 g Carboidrato: 34,28 g Proteína: 8,39 g Lipídeo: 6,03 g
<b>JANTAR</b>	RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO ESCOLAR	Sopa de feijão	Sopa de legumes	Kcal: 103,09 g Carboidrato: 33,01 g Proteína: 5,58 g Lipídeo: 2,03 g
<b>SERVIÇO</b>	<b>21/jul</b>	<b>22/jul</b>	<b>23/jul</b>	<b>24/jul</b>	<b>25/jul</b>	<b>MÉDIA VALOR NUTRICIONAL</b>
<b>DESJEJUM</b>	Bebida láctea Biscoito salgado	Achocolatado Biscoito doce	Chá Chineque	Achocolatado Pão com doce	Bebida láctea Biscoito doce	Kcal: 313,71 g Carboidrato: 54,16 g Proteína: 8,00 g Lipídeo: 7,21 g
<b>ALMOÇO</b>	Arroz, polenta frango ao molho	Arroz, feijão carne moída com legume	Arroz, feijão frango ao molho	Arroz carreteiro Suco	Arroz, feijão frango ao molho Salada folhosa e fruta	Kcal: 420,22 g Carboidrato: 120,84 g Proteína: 15,49 g Lipídeo: 13,95 g

**PREFEITURA DE PARANAGUÁ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL**  
**CARDÁPIOS - JULHO 2014**

<b>MERENDA</b>	Enriquecedor Biscoito doce	Pudim	Bebida láctea Biscoito salgado	Canjica Fruta	Bebida láctea Biscoito salgado	<b>Kcal:</b> 230,79 g <b>Carboidrato:</b> 40,13 g <b>Proteína:</b> 4,79 g <b>Lipídeo:</b> 4,93 g
<b>JANTAR</b>	Sopa de feijão	Canja	Sopa de feijão	Sopa de legumes	Arroz carreteiro	<b>Kcal:</b> 162,46 g <b>Carboidrato:</b> 44,15 g <b>Proteína:</b> 9,26 g <b>Lipídeo:</b> 3,84 g
<b>SERVIÇO</b>	<b>28/jul</b>	<b>29/jul</b>	<b>30/jul</b>	<b>31/jul</b>		<b>MÉDIA VALOR NUTRICIONAL</b>
<b>DESJEJUM</b>	Bebida láctea Biscoito doce	FERIADO	Enriquecedor Biscoito salgado	Bebida láctea Biscoito doce		<b>Kcal:</b> 341,39 g <b>Carboidrato:</b> 56,41 g <b>Proteína:</b> 8,94 g <b>Lipídeo:</b> 8,72 g
<b>ALMOÇO</b>	Risoto Suco	FERIADO	Arroz, feijão carne isca ao molho	Arroz, feijão carne moída ao molho		<b>Kcal:</b> 401,92 g <b>Carboidrato:</b> 62,63 g <b>Proteína:</b> 15,31 g <b>Lipídeo:</b> 10,02 g
<b>MERENDA</b>	Mingau	FERIADO	Arroz doce	Achocolatado Biscoito salgado		<b>Kcal:</b> 189,35 g <b>Carboidrato:</b> 31,08 g <b>Proteína:</b> 4,78 g <b>Lipídeo:</b> 5,04 g
<b>JANTAR</b>	Sopa de feijão	FERIADO	Macarrão com sardinha	Risoto		<b>Kcal:</b> 215,11 g <b>Carboidrato:</b> 33,49 g <b>Proteína:</b> 9,20 g <b>Lipídeo:</b> 4,67 g

## CARDÁPIO 1ª à 4ª Série

### Julho 2014

Segunda	Terça 01/07	Quarta 02/07	Quinta 03/07	Sexta 04/07	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g



**PREFEITURA DE PARANAGUÁ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL**  
**CARDÁPIOS - JULHO 2014**

<b>Segunda 07/07</b>	<b>Terça 08/07</b>	<b>Quarta 09/07</b>	<b>Quinta 10/07</b>	<b>Sexta 11/07</b>	<b>MÉDIA VALOR NUTRICIONAL</b>
RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
<b>Segunda 14/07</b>	<b>Terça 15/07</b>	<b>Quarta 16/07</b>	<b>Quinta 17/07</b>	<b>Sexta 18/07</b>	<b>MÉDIA VALOR NUTRICIONAL</b>
RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO	Sucrilhos com leite	Arroz, feijão carne isca ao molho	<b>Kcal:</b> 469,03 g <b>Carboidrato:</b> 68,58 g <b>Proteína:</b> 25,43 g <b>Lipídeo:</b> 11,05 g
<b>Segunda 21/07</b>	<b>Terça 22/07</b>	<b>Quarta 23/07</b>	<b>Quinta 24/07</b>	<b>Sexta 25/07</b>	<b>MÉDIA VALOR NUTRICIONAL</b>
Arroz, polenta frango ao molho com legume	Arroz, feijão carne moída ao molho	Arroz carreteiro Suco	Canjica Fruta	Arroz, feijão Frango ao molho Salada folhosa e fruta	<b>Kcal:</b> 429,70 g <b>Carboidrato:</b> 76,18 g <b>Proteína:</b> 20,01 g <b>Lipídeo:</b> 13,51 g
<b>Segunda 28/07</b>	<b>Terça 29/07</b>	<b>Quarta 30/07</b>	<b>Quinta 31/07</b>	<b>Sexta</b>	<b>MÉDIA VALOR NUTRICIONAL</b>
Bebida láctea Biscoito salgado	FERIADO	Risoto de frango Suco	Arroz, feijão carne moída ao molho		<b>Kcal:</b> 434,42 g <b>Carboidrato:</b> 54,45 g <b>Proteína:</b> 19,46 g <b>Lipídeo:</b> 15,47 g

**PREFEITURA DE PARANAGUÁ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL**  
**CARDÁPIOS - JULHO 2014**

## Escola Municipal Integral

### Julho 2014

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
		1/jul	2/jul	3/jul	4/jul	
DESJEJUM		RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Kcal: 0,00 g Carboidrato: 0,00 g Proteína: 0,00 g Lipídeo: 0,00 g
ALMOÇO		RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Kcal: 0,00 g Carboidrato: 0,00 g Proteína: 0,00 g Lipídeo: 0,00 g
MERENDA		RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Kcal: 0,00 g Carboidrato: 0,00 g Proteína: 0,00 g Lipídeo: 0,00 g
SERVIÇO	7/jul	8/jul	9/jul	10/jul	11/jul	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Kcal: 0,00 g Carboidrato: 0,00 g Proteína: 0,00 g Lipídeo: 0,00 g
ALMOÇO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Kcal: 0,00 g Carboidrato: 0,00 g Proteína: 0,00 g Lipídeo: 0,00 g
MERENDA	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Kcal: 0,00 g Carboidrato: 0,00 g Proteína: 0,00 g Lipídeo: 0,00 g
SERVIÇO	14/jul	15/jul	16/jul	17/jul	18/jul	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
DESJEJUM	RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO	Bebida láctea Biscoito salgado	Achocolatado Biscoito doce	Kcal: 367,35 g Carboidrato: 67,92 g Proteína: 8,27 g Lipídeo: 6,98 g
ALMOÇO	RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO	Macarrão ao molho de frango	Arroz, feijão carne isca ao molho	Kcal: 527,08 g Carboidrato: 73,06 g Proteína: 29,42 g Lipídeo: 13,93 g

**PREFEITURA DE PARANAGUÁ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL**  
**CARDÁPIOS - JULHO 2014**

<b>MERENDA</b>	RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO	Sucrilhos com leite	Mingau	<b>Kcal:</b> 252,40 g <b>Proteína:</b> 9,49 g	<b>Carboidrato:</b> 38,68 g <b>Lípido:</b> 6,63 g
<b>SERVIÇO</b>	<b>21/jul</b>	<b>22/jul</b>	<b>23/jul</b>	<b>24/jul</b>	<b>25/jul</b>	<b>MÉDIA VALOR NUTRICIONAL</b>	
<b>DESJEJUM</b>	Bebida láctea Biscoito salgado	Achocolatado Biscoito doce	Chá Chineque	Achocolatado Pão com doce	Bebida láctea Biscoito doce	<b>Kcal:</b> 341,71 g <b>Proteína:</b> 7,28 g	<b>Carboidrato:</b> 62,63 g <b>Lípido:</b> 6,84 g
<b>ALMOÇO</b>	Arroz, polenta frango ao molho	Arroz, feijão carne moída com legume	Arroz, feijão frango ao molho	Arroz carreteiro Suco Salada folhosa	Arroz, feijão frango ao molho Salada folhosa e fruta	<b>Kcal:</b> 481,22 g <b>Proteína:</b> 22,62 g	<b>Carboidrato:</b> ##### g <b>Lípido:</b> 18,31 g
<b>MERENDA</b>	Enriquecedor Biscoito doce	Pudim	Bebida láctea Biscoito salgado	Canjica Fruta	Bebida láctea Biscoito salgado	<b>Kcal:</b> 240,70 g <b>Proteína:</b> 4,35 g	<b>Carboidrato:</b> 43,11 g <b>Lípido:</b> 4,59 g
<b>SERVIÇO</b>	<b>28/jul</b>	<b>29/jul</b>	<b>30/jul</b>	<b>31/jul</b>		<b>MÉDIA VALOR NUTRICIONAL</b>	
<b>DESJEJUM</b>	Bebida láctea Biscoito doce	FERIADO	Enriquecedor Biscoito salgado	Bebida láctea Biscoito doce		<b>Kcal:</b> 376,10 g <b>Proteína:</b> 8,47 g	<b>Carboidrato:</b> 64,56 g <b>Lípido:</b> 8,63 g
<b>ALMOÇO</b>	Risoto Suco	FERIADO	Arroz, feijão carne isca ao molho	Arroz, feijão carne moída ao molho		<b>Kcal:</b> 464,37 g <b>Proteína:</b> 27,13 g	<b>Carboidrato:</b> 52,67 g <b>Lípido:</b> 16,25 g
<b>MERENDA</b>	Mingau	FERIADO	Arroz doce	Achocolatado Biscoito salgado		<b>Kcal:</b> 203,48 g <b>Proteína:</b> 4,08 g	<b>Carboidrato:</b> 36,53 g <b>Lípido:</b> 4,49 g

**PREFEITURA DE PARANAGUÁ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL**  
**CARDÁPIOS - JULHO 2014**

# CARDÁPIO ENSINO ESPECIAL

## Julho 2014

Segunda	Terça 01/07	Quarta 02/07	Quinta 03/07	Sexta 04/07	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
Segunda 07/07	Terça 08/07	Quarta 09/07	Quinta 10/07	Sexta 11/07	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lipídeo:</b> 0,00 g
Segunda 14/07	Terça 15/07	Quarta 16/07	Quinta 17/07	Sexta 18/07	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO	Macarrão ao molho de frango Suco	Arroz, feijão carne isca ao molho	<b>Kcal:</b> 590,16 g <b>Carboidrato:</b> 83,68 g <b>Proteína:</b> 29,87 g <b>Lipídeo:</b> 14,52 g
Segunda 21/07	Terça 22/07	Quarta 23/07	Quinta 24/07	Sexta 25/07	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
Arroz, polenta frango ao molho	Arroz, feijão carne moída com legume	Arroz, feijão frango ao molho Suco	Arroz carreteiro Salada folhosa e fruta	Arroz, feijão frango ao molho Salada folhosa e fruta	<b>Kcal:</b> 533,45 g <b>Carboidrato:</b> 155,97 g <b>Proteína:</b> 23,95 g <b>Lipídeo:</b> 18,73 g
Segunda 28/07	Terça 29/07	Quarta 30/07	Quinta 31/07	Sexta	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL

**PREFEITURA DE PARANAGUÁ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL**  
**CARDÁPIOS - JULHO 2014**

Risoto Suco	FERIADO	Arroz, feijão carne isca ao molho	Arroz, feijão carne moída ao molho		<b>Kcal:</b> 511,43 g	<b>Carboidrato:</b> 64,28 g
					<b>Proteína:</b> 28,42 g	<b>Lípideo:</b> 15,76 g

## CARDÁPIO EJA

### MÊS: JULHO/2014

Segunda	Terça 01/07	Quarta 02/07	Quinta 03/07	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lípideo:</b> 0,00 g
Segunda 07/07	Terça 08/07	Quarta 09/07	Quinta 10/07	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	<b>Kcal:</b> 0,00 g <b>Carboidrato:</b> 0,00 g <b>Proteína:</b> 0,00 g <b>Lípideo:</b> 0,00 g
Segunda 14/07	Terça 15/07	Quarta 16/07	Quinta 17/07	MÉDIA VALOR NUTRICIONAL
RECESSO	RECESSO	PLANEJAMENTO	Macarrão ao molho de frango Suco	<b>Kcal:</b> 652,07 g <b>Carboidrato:</b> 101,60 g <b>Proteína:</b> 27,00 g <b>Lípideo:</b> 16,43 g

**PREFEITURA DE PARANAGUÁ**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL**  
**CARDÁPIOS - JULHO 2014**

<b>Segunda</b> 21/07	<b>Terça</b> 22/07	<b>Quarta</b> 23/07	<b>Quinta</b> 24/07	<b>MÉDIA VALOR NUTRICIONAL</b>	
Arroz, polenta frango ao molho	Arroz, feijão carne moída com legume Suco	Arroz, feijão frango ao molho Salada folhosa e fruta	Arroz carreteiro Salada folhosa e fruta	<b>Kcal:</b> 534,38 g	<b>Carboidrato:</b> 172,49 g
				<b>Proteína:</b> 25,71 g	<b>Lípideo:</b> 20,13 g
<b>Segunda</b> 28/07	<b>Terça</b> 29/07	<b>Quarta</b> 30/07	<b>Quinta</b> 31/07	<b>MÉDIA VALOR NUTRICIONAL</b>	
Risoto Suco	FERIADO	Arroz, feijão carne isca ao molho	Arroz, feijão carne moída ao molho	<b>Kcal:</b> 510,26 g	<b>Carboidrato:</b> 64,02 g
				<b>Proteína:</b> 28,41 g	<b>Lípideo:</b> 15,77 g