

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



**CARDÁPIO PARCIAL ESPECIAL**  
**(Almirante, Camões, Mirian, Eloína e Rosclair, Catelo, Manoel)**  
**NOVEMBRO/2021**

HORÁRIO	SEGUNDA 01/11	TERÇA 02/11	QUARTA 03/11	QUINTA 04/11	SEXTA 05/11	MÉDIA SEMANAL VALOR	
						KCAL	CA
10:00	RECESSO	FERIADO	Arroz, Feijão carioca Ovos mexidos Abobora refogada Maçã	Arroz, Feijão preto Barrado, farinha mandioca salada tomate e cebola Banana	Café com leite pão (leite, fatiado, integral) margarina queijo	KCAL 527,7	CA 231,44
15:00			Chá com leite + biscoito polvilho+ maçã	Suco de abacaxi natural+ pão+ com ovo + laranja	Café com leite + pão (leite, fatiado, integral) -queijo/margarina	CHO 77,3	FE 3,25
15:00						PTN 20,6	VIT. A 75,92
15:00						LIP 16,2	VIT. C 12,38
HORÁRIO	SEGUNDA 08/11	TERÇA 09/11	QUARTA 10/11	QUINTA 11/11	SEXTA 12/11	MÉDIA SEMANAL VALOR	
10:00	Arroz, Feijão carioca Frango (saassami) ao molho Salada beterraba Tangerina murgot	Arroz, Feijão preto Carne moída ao molho Pure de batatas Salada de Acelga com tomate	Leite com banana Bolo cenoura sem cobertura	Arroz, Feijão carioca Sobrecoxa ao molho com cenoura Salada de brócolis Melancia	Arroz, Feijão preto Carne bovina cubos ao molho com mandioca Salada alface Mamão	KCAL 547,4	CA 155,58
	Suco integral de uva + Pipoca salgada + tangerina murgot	Mingau de aveia com banana	Leite com fruta (maçã) + bolo de cenoura	Café com leite + biscoito polvilho + melancia	Suco integral de maçã+ bolo de fubá + banana	CHO 67,9	FE 3,17
HORÁRIO	SEGUNDA 15/11	TERÇA 16/11	QUARTA 17/11	QUINTA 18/11	SEXTA 19/11	PTN 23,7	VIT. A 85,20
10:00	FERIADO	Suco integral de uva	Arroz, Feijão carioca Peixe ao molho Pirão do molho de peixe Salada couve-flor	Macarrão com molho de carne moída Salada de Alface Melão	Arroz, Feijão carioca Frango ao molho c/ batata salsa e cenoura Salada Brocolis Tangerina Murgot	LIP 20,7	VIT. C 78,60
15:00			Chá com leite + pão (leite, fatiado, integral)+ manteiga Maçã	Suco integral de uva + Pipoca salgada + melão	Suco de abacaxi natural+ pão+ com ovo + tangerina murgot	MÉDIA SEMANAL VALOR	
HORÁRIO	SEGUNDA 22/11	TERÇA 23/11	QUARTA 24/11	QUINTA 25/11	SEXTA 26/11	KCAL 487,8	CA 58,636
10:00	Arroz, Feijão preto Carne moída ao molho, Polenta Salada de repolho Melão	Arroz, Feijão carioca Frango assado (sobrecoxa) creme de milho Maçã	Arroz, Feijão preto Quibe assado Salada de rúcula Mamão picado	Arroz, Feijão carioca Frango (saassami) grelhado Salada de Couve-flor Banana	Suco integral de uva, Pão c/ frango desfiado milho alface, cenoura ralada Bolo de laranja	CHO 78,8	FE 3,438
15:00	Chá com leite + biscoito segado/ integral+ maçã	Suco integral laranja + pão integral/centeio/milho com queijo	Leite com fruta (mamão) + biscoito polvilho salgado	logurete morango+ biscoito doce integral + banana	Suco integral de uva Pão c/ frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada bolo de laranja	PTN 22,5	VIT. A 1,376
HORÁRIO	SEGUNDA 29/11	TERÇA 30/11	QUARTA 30/11			LIP 9,7	VIT. C 43,598
10:00	Macarrão parafuso Frango ao molho desfiado Salada de beterraba Laranja	Arroz, Feijão carioca Bolinho de carne ao molho Salada acega Melancia				MÉDIA SEMANAL VALOR	
15:00	Arroz doce+ maçã	Suco integral uva, sanduiche de pão fatiado + queijo + tomate+ alface				KCAL 423,5	CA 59,215
						CHO 64,6	FE 2,73
						PTN 22,1	VIT. A 1,31
						LIP 8,8	VIT. C 42,29

Patrícia dos Santos Alves  
Mat Funcional nº7893 CRN 8º REGIÃO N° 1781  
Contrato n° 070/2021

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente  
Mat. Funcional 11.146 CRN 8º REGIAO N° 2321  
Contrato n° 070/2021

Gabrielle Metka Rocha  
CRN 8º REGIÃO 1 1815  
Coordenadora Operacional  
SEPAT MULTI SERVICE