

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
CARDÁPIOS-SETEMBRO/2012

Cardápio - Berçário

06 a 07 meses SETEMBRO/2012



SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Valor Nutricional
	3/set	4/set	5/set	6/set	7/set	
DESJEJUM	Mamadeira Biscoito doce	Mamadeira Biscoito Salgado	Mamadeira Biscoito doce	Mamadeira Biscoito Salgado	FERIADO	kcal: 486,20; Carboidrato: 16,50g; Proteína: 0,78g; Lipídio: 12,73g
ALMOÇO	Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz, frango e caldinho de feijão	Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz, carne bovina e caldinho de feijão	Sopinha de legumes(3 variedades) com macarrão e carne bovina	Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz, frango e caldinho de feijão	FERIADO	kcal: 330,87; Carboidrato: 39,92g; Proteína: 18,49g; Lipídio: 10,53g
MERENDA	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal	FERIADO	kcal: 338; Carboidrato: 14,42g; Proteína: 0,9g; Lipídio: 1,22g
JANTAR	Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz e frango	Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz, carne bovina	Sopinha de legumes(3 variedades) com macarrão e caldinho de feijão	Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz e frango Sobremesa: fruta	FERIADO	kcal: 330,87; Carboidrato: 39,92g; Proteína: 18,49g; Lipídio: 10,53g
	10/set	11/set	12/set	13/set	14/set	Valor Nutricional
DESJEJUM	Mamadeira Biscoito salgado	Mamadeira Biscoito doce	Mamadeira biscoito salgado	Mamadeira Biscoito salgado	Mamadeira biscoito doce	kcal: 486,20; Carboidrato: 16,50g; Proteína: 0,78g; Lipídio: 12,73g
ALMOÇO	Sopinha de legumes(3 variedades)	Sopinha de legumes(3 variedades)	Sopinha de legumes(3 variedades)	Sopinha de legumes(3 variedades)	Sopinha de legumes(3 variedades)	kcal: 330,87; Carboidrato: 39,92g;

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
CARDÁPIOS-SETEMBRO/2012

	<i>com arroz e frango</i>	<i>com arroz, carne bovina e caldinho de feijão</i>	<i>com arroz, frango e caldinho de feijão</i>	<i>com arroz e frango e caldinho de feijão</i>	<i>com arroz, frango e caldinho de feijão</i>	<i>Proteína: 18,49g; Lipídio: 10,53g</i>
MERENDA	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>kcal: 338; Carboidrato: 14,42g; Proteína: 0,9g; Lipídio: 1,22g</i>
JANTAR	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com macarrão, carne bovina e caldinho de feijão</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com macarrão e carne bovina</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz, carne bovina</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com macarrão e frango fruta</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz e carne bovina Sobremesa: Fruta</i>	<i>kcal: 330,87; Carboidrato: 39,92g; Proteína: 18,49g; Lipídio: 10,53g</i>
	17/set	18/set	19/set	20/set	21/set	Valor Nutricional
DESJEJUM	<i>Mamadeira Biscoito salgado</i>	<i>Mamadeira biscoito doce</i>	<i>Mamadeira biscoito doce</i>	<i>Mamadeira Biscoito doce</i>	<i>Mamadeira Biscoito salgado</i>	<i>kcal: 486,20; Carboidrato: 16,50g; Proteína: 0,78g; Lipídio: 12,73g</i>
ALMOÇO	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz, carne bovina e caldinho de feijão</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz e frango</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz, carne bovina e caldinho de feijão</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz, carne bovina e caldinho de feijão</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) macarrão e carne bovina</i>	<i>kcal: 330,87; Carboidrato: 39,92g; Proteína: 18,49g; Lipídio: 10,53g</i>
MERENDA	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>kcal: 338; Carboidrato: 14,42g; Proteína: 0,9g; Lipídio: 1,22g</i>
JANTAR	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz e frango</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com macarrão Sobremesa: Fruta</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz e frango</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com caldinho de feijão</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz, frango e Sobremesa: Fruta</i>	<i>kcal: 330,87; Carboidrato: 39,92g; Proteína: 18,49g; Lipídio: 10,53g</i>
	24/set	25/set	26/set	27/set	28/set	Valor Nutricional
DESJEJUM	<i>Mamadeira Biscoito doce</i>	<i>Mamadeira Biscoito salgado</i>	<i>Mamadeira Biscoito doce</i>	<i>Mamadeira biscoito doce</i>	<i>Mamadeira Biscoito salgado</i>	<i>kcal: 486,20; Carboidrato: 16,50g; Proteína: 0,78g; Lipídio: 12,73g</i>

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
CARDÁPIOS-SETEMBRO/2012

ALMOÇO	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz, frango e caldinho de feijão</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz, carne bovina</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) arroz, carne bovina e caldinho de feijão</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) arroz, frango e caldinho de feijão</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) arroz e carne bovina e caldinho de feijão</i>	<i>kcal: 330,87; Carboidrato: 39,92g; Proteína: 18,49g; Lipídio: 10,53g</i>
MERENDA	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>kcal: 338; Carboidrato: 14,42g; Proteína: 0,9g; Lipídio: 1,22g</i>
JANTAR	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com macarrão, carne bovina e caldinho de feijão</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz e frango</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com macarrão e frango</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz e frango Sobremesa: Fruta</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) arroz e carne bovina</i>	<i>kcal: 330,87; Carboidrato: 39,92g; Proteína: 18,49g; Lipídio: 10,53g</i>

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
CARDÁPIOS-SETEMBRO/2012

Cardápio - Berçário



08 a 11 meses SETEMBRO/2012

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Valor Nutricional
	3/set	4/set	5/set	6/set	7/set	
DESJEJUM	Mamadeira Biscoito doce	Mamadeira Biscoito Salgado	Mamadeira Biscoito doce	Mamadeira Biscoito Salgado	FERIADO	kcal: 486,20; Carboidrato: 16,50g; Proteína: 0,78g; Lipídio: 12,73g
ALMOÇO	Arroz, feijão frango ao molho	Arroz, feijão com almôndega ao molho	Macarrão ao molho de carne moída suco	Arroz colorido, feijão Salsicha ao molho salada folhosa	FERIADO	kcal: 406,47; Carboidrato: 49,2g; Proteína: 16,06g; Lipídio: 15,77g
MERENDA	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal	Mamadeira com Cereal	FERIADO	kcal: 338; Carboidrato: 14,42g; Proteína: 0,9g; Lipídio: 1,22g
JANTAR	Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz e frango	Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz, carne bovina	Sopinha de legumes(3 variedades) com macarrão, carne e caldinho de feijão	Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz e frango Sobremesa: fruta	FERIADO	kcal: 330,87; Carboidrato: 39,92g; Proteína: 18,49g; Lipídio: 10,53g
	10/set	11/set	12/set	13/set	14/set	Valor Nutricional
DESJEJUM	Mamadeira Biscoito salgado	Mamadeira biscoito doce	Mamadeira Biscoito salgado	Mamadeira biscoito doce	Mamadeira Biscoito doce	kcal: 486,20; Carboidrato: 16,50g; Proteína: 0,78g; Lipídio: 12,73g
ALMOÇO	Risoto salada de legume	Arroz, feijão iscas ao molho	Arroz, feijão frango ao molho	Arroz, feijão ovos cozidos	Arroz, feijão frango ao molho	kcal: 323,41; Carboidrato: 38,62g; Proteína: 17,18g; Lipídio: 10,94g

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
CARDÁPIOS-SETEMBRO/2012

		<i>com legume</i>	<i>suco</i>	<i>salada folhosa e fruta</i>	<i>Salada folhosa</i>	
MERENDA	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>kcal: 338; Carboidrato: 14,42g; Proteína: 0,9g; Lipídio: 1,22g</i>
JANTAR	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com macarrão e caldinho de feijão e fruta</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com macarrão e carne bovina</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz e carne bovina</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com macarrão e frango</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz e carne bovina Sobremesa: Fruta</i>	<i>kcal: 330,87; Carboidrato: 39,92g; Proteína: 18,49g; Lipídio: 10,53g</i>
	17/set	18/set	19/set	20/set	21/set	Valor Nutricional
DESJEJUM	<i>Mamadeira Biscoito salgado</i>	<i>Mamadeira biscoito doce</i>	<i>Mamadeira biscoito doce</i>	<i>Mamadeira Biscoito doce</i>	<i>Mamadeira Biscoito doce</i>	<i>kcal: 486,20; Carboidrato: 16,50g; Proteína: 0,78g; Lipídio: 12,73g</i>
ALMOÇO	<i>Arroz, feijão carne moída com proteína de soja</i>	<i>Arroz, polenta frango ao molho</i>	<i>Arroz, feijão iscas com legume suco</i>	<i>Arroz, feijão almôndega Salada folhosa</i>	<i>Macarrão ao molho de carne moída Salada folhosa</i>	<i>kcal: 374,22; Carboidrato: 83,86g; Proteína: 19,19g; Lipídio: 15,35g</i>
MERENDA	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>kcal: 338; Carboidrato: 14,42g; Proteína: 0,9g; Lipídio: 1,22g</i>
JANTAR	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz e frango</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com macarrão</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz e frango</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com macarrão e caldinho de feijão</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz, frango Sobremesa: Fruta</i>	<i>kcal: 330,87; Carboidrato: 39,92g; Proteína: 18,49g; Lipídio: 10,53g</i>
	24/set	25/set	26/set	27/set	28/set	Valor Nutricional
DESJEJUM	<i>Mamadeira Biscoito doce</i>	<i>Mamadeira Biscoito salgado</i>	<i>Mamadeira Biscoito doce</i>	<i>Mamadeira biscoito doce</i>	<i>Mamadeira biscoito salgado</i>	<i>kcal: 486,20; Carboidrato: 16,50g; Proteína: 0,78g; Lipídio: 12,73g</i>
ALMOÇO	<i>Arroz, feijão frango ao molho</i>	<i>Arroz carreteiro farofa de cenoura</i>	<i>Arroz, feijão carne moída ao molho</i>	<i>Arroz, feijão salsicha ao molho</i>	<i>Arroz, feijão carne isca com legume</i>	<i>kcal: 350,85; Carboidrato: 101,97g; Proteína: 15,61g; Lipídio: 12,98g</i>

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
CARDÁPIOS-SETEMBRO/2012

		<i>suco</i>		<i>Salada folhosa e fruta</i>	<i>salada folhosa</i>	
MERENDA	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>Mamadeira com Cereal</i>	<i>kcal: 338; Carboidrato: 14,42g; Proteína: 0,9g; Lipídio: 1,22g</i>
JANTAR	<i>Sopinha de legumes (3 variedades) com macarrão e caldiho de feijão</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz e frango</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com macarrão e frango</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz, frango</i>	<i>Sopinha de legumes(3 variedades) com arroz e carne bovina</i>	<i>kcal: 330,87; Carboidrato: 39,92g; Proteína: 18,49g; Lipídio: 10,53g</i>



02 a 05 anos SETEMBRO/2012

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Valor Nutricional
	3/set	4/set	5/set	6/set	7/set	
DESJEJUM	<i>Bebida láctea biscoito Doce</i>	<i>Achocolatado biscoito salgado</i>	<i>Enriquecedor Chineque</i>	<i>Bebida láctea Pão com margarina</i>	<i>FERIADO</i>	<i>kcal: 332,12; Carboidrato: 53,08g; Proteína: 9,09g; Lipídio: 8,03g</i>
ALMOÇO	<i>Arroz, feijão frango ao molho</i>	<i>Arroz, feijão almôndega ao molho</i>	<i>Macarrão ao molho de carne moída suco</i>	<i>Arroz colorido, feijão Salsicha ao molho salada folhosa</i>	<i>FERIADO</i>	<i>kcal: 406,47; Carboidrato: 49,2g; Proteína: 16,06g; Lipídio: 15,77g</i>

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
CARDÁPIOS-SETEMBRO/2012

MERENDA	Suco Biscoito salgado	Pudim	Bebida láctea biscoito doce	Mingau Fruta	FERIADO	kcal: 204,44; Carboidrato: 38,55g; Proteína: 3,82g; Lipídio: 4,01g
JANTAR	Canja	Arroz carreteiro	Sopa de feijão	Risoto	FERIADO	kcal: 218,48; Carboidrato: 45,98g; Proteína: 12,6g; Lipídio: 6,25g
	10/set	11/set	12/set	13/set	14/set	Valor Nutricional
DESJEJUM	Enriquecedor biscoito salgado	Bebida láctea biscoito doce	Chá Chineque	Achocolatado Pão com queijo	Bebida láctea pão com doce	kcal: 327,07; Carboidrato: 50,83g; Proteína: 9,76g; Lipídio: 9,31g
ALMOÇO	Risoto salada de legume	Arroz, feijão Iscas ao molho com legume	Arroz, feijão Frango ao molho suco	Arroz, feijão Ovos mexidos salada folhosa e fruta	Arroz, feijão frango ao molho Salada folhosa	kcal: 323,41; Carboidrato: 38,62g; Proteína: 17,18g; Lipídio: 10,94g
MERENDA	Arroz doce fruta	Mingau	Bebida Biscoito salgado	suco pão com margarina	Sucrilhos com leite Fruta	kcal: 251,25; Carboidrato: 45,39g; Proteína: 6,35g; Lipídio: 4,47g
JANTAR	Sopa de feijão com legumes	Macarrão ao molho de sardinha	Arroz carreteiro	Sopa de legumes com frango	Arroz, polenta ao molho de carne moída	kcal: 313,15; Carboidrato: 67,84g; Proteína: 11,19g; Lipídio: 5,31g
	17/set	18/set	19/set	20/set	21/set	Valor Nutricional
DESJEJUM	Bebida láctea biscoito salgado	Achocolatado biscoito doce	Bebida láctea pão com doce	Enriquecedor bolinho individual	Chá pão com doce	kcal: 319,14; Carboidrato: 54,08g; Proteína: 7,72g; Lipídio: 7,95g
ALMOÇO	Arroz, feijão carne moída com proteína de soja	Arroz, polenta frango ao molho	Arroz, feijão iscas com legume e suco	Arroz, feijão almôndega salada folhosa	Macarrão ao molho de carne moída Salada folhosa	kcal: 374,22; Carboidrato: 83,86g; Proteína: 19,19g; Lipídio: 15,35g

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
CARDÁPIOS-SETEMBRO/2012

MERENDA	Mingau fruta	Bebida láctea biscoito salgado	Bebida láctea biscoito doce	Suco pão com margarina	Gelatina com fruta	kcal: 222,36; Carboidrato: 40,29g; Proteína: 4,77g; Lipídio: 3,83g
JANTAR	Risoto	Sopa de legumes	Arroz e frango ao molho	Sopa de feijão com legumes	Risoto de frango salada folhosa	kcal: 246,42; Carboidrato: 38,05g; Proteína: 12,75g; Lipídio: 7,93g
	24/set	25/set	26/set	27/set	28/set	Valor Nutricional
DESJEJUM	Bebida láctea biscoito doce	Achocolatado biscoito salgado	Bebida láctea Chineque	logurte pão com doce	chá Pão com margarina	kcal: 308,83; Carboidrato: 50,78g; Proteína: 7,74g; Lipídio: 7,28g
ALMOÇO	Arroz, feijão frango ao molho	Arroz carreteiro farofa de cenoura suco	Arroz, feijão carne moída ao molho	Arroz, feijão Salsicha ao molho Salada folhosa e fruta	Arroz, feijão carne isca com legume Salada folhosa	kcal: 350,85; Carboidrato: 101,97g; Proteína: 15,61g; Lipídio: 12,98g
MERENDA	Suco biscoito doce	Canjica	Suco pão com margarina	Enriquecedor de morango Biscoito salgado	Vitamina de banana com farinha Láctea, biscoito doce	kcal: 215,12; Carboidrato: 35,29g; Proteína: 5,14g; Lipídio: 5,89g
JANTAR	Sopa de feijão com carne	Risoto	Macarrão ao molho de frango	Canja	Sopa de legumes com arroz e carne	kcal: 252,42; Carboidrato: 31,66g; Proteína: 14,18g; Lipídio: 7,3g

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
CARDÁPIOS-SETEMBRO/2012

CARDÁPIO 1ª à 4ª Série

MÊS: SETEMBRO/2012



Segunda	03/09	Terça	04/09	Quarta	05/09	Quinta	06/09	Sexta	07/09	Valor Nutricional
	Arroz, feijão frango ao molho suco		Arroz, feijão almôndega ao molho salada de legume		Bebida láctea pão com margarina		Arroz colorido, feijão Salsicha ao molho salada folhosa fruta		FERIADO	<i>kcal: 410,07; Carboidrato: 65,48g; Proteína: 15,98g; Lipídio: 12,69g</i>
Segunda	10/09	Terça	11/09	Quarta	12/09	Quinta	13/09	Sexta	14/09	Valor Nutricional
	Risoto salada folhosa		Enriquecedor Biscoito salgado		Arroz, feijão Frango ao molho Suco		Arroz, feijão Ovos mexidos salada folhosa fruta		Arroz, feijao frango ao molho salada folhosa fruta	<i>kcal: 417,63; Carboidrato: 58,90g; Proteína: 17,99g; Lipídio: 12,54g</i>
Segunda	17/09	Terça	18/09	Quarta	19/09	Quinta	20/09	Sexta	21/09	Valor Nutricional
	Arroz, feijão carne moída com proteína de soja salada folhosa		Arroz, polenta frango ao molho suco		Arroz, feijão iscas com legume		Canjica fruta		Macarrão ao molho de carne moída salada folhosa fruta	<i>kcal: 415,13; Carboidrato: 104,03g; Proteína: 21,08g; Lipídio: 16,68g</i>
Segunda	24/09	Terça	25/09	Quarta	26/09	Quinta	27/09	Sexta	28/09	Valor Nutricional

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
CARDÁPIOS-SETEMBRO/2012

Arroz. Feijão frango ao molho fruta	Arroz carreteiro farofa de cenoura suco	Arroz, feijão carne moída ao molho	iogurte biscoito doce fruta	Arroz, feijão carne iscas com legume salada folhosa fruta	<i>kcal: 405,94; Carboidrato: 131,51g; Proteína: 13,15g; Lipídio: 14,45g</i>
---	---	---------------------------------------	-----------------------------------	--	--

CARDÁPIO Ensino Especial

MÊS: SETEMBRO/2012



Segunda	03/09	Terça	04/09	Quarta	05/09	Quinta	06/09	Sexta	07/09	Valor Nutricional
Arroz, feijão frango ao molho suco		Arroz, feijão almôndega ao molho		Macarrão ao molho de carne moída suco		Arroz colorido, feijão Salsicha ao molho salada folhosa		FERIADO		<i>kcal: 564,90; Carboidrato: 71,31g; Proteína: 24,48g; Lipídio: 19,94g</i>
Segunda	10/09	Terça	11/09	Quarta	12/09	Quinta	13/09	Sexta	14/09	Valor Nutricional
Risoto Salada de legume		Arroz, feijão iscas ao molho com legume		Arroz, feijão Frango ao molho Suco		Arroz, feijão Ovos mexidos salada folhosa		Arroz, feijão frango ao molho salada folhosa		<i>kcal: 549; Carboidrato: 75,30g; Proteína: 28,16g; Lipídio: 15,39g</i>

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
CARDÁPIOS-SETEMBRO/2012

Segunda	17/09	Terça	18/09	Quarta	19/09	Quinta	20/09	Sexta	21/09	Valor Nutricional
						fruta		fruta		
	Arroz, feijão carne moída com proteína de soja	Arroz, polenta frango ao molho	Arroz, feijão isca com legume suco	Arroz, feijão frango ao molho salada folhosa fruta	Arroz, feijão frango ao molho salada folhosa fruta			Macarrão ao molho de carne moída salada folhosa e fruta		<i>kcal: 599,27; Carboidrato: 136,64g; Proteína: 29,30g; Lipídio: 22,09g</i>
Segunda	24/09	Terça	25/09	Quarta	26/09	Quinta	27/09	Sexta	28/09	Valor Nutricional
	Arroz, feijão frango ao molho	Arroz, carreteiro farofa de legume suco	Arroz, feijão carne moída ao molho fruta	Arroz, feijão salsicha ao molho Salada folhosa fruta	Arroz, feijão salsicha ao molho Salada folhosa fruta			Arroz, feijão carne isca com legume salada folhosa		<i>kcal: 581,19; Carboidrato: 153,68g; Proteína: 24,56g; Lipídio: 22,56g</i>

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
CARDÁPIOS-SETEMBRO/2012

CARDÁPIO EJA

MÊS: SETEMBRO/2012



Segunda	03/09	Terça	04/09	Quarta	05/09	Quinta	06/09	Sexta	07/09	Valor Nutricional
Arroz, feijão frango ao molho suco		Arroz, feijão almôndega ao molho		Macarrão ao molho de carne moída suco		Arroz colorido, feijão Salsicha ao molho salada folhosa		FERIADO		<i>kcal: 564,90; Carboidrato: 71,31g; Proteína: 24,48g; Lipídio: 19,94g</i>
Segunda	10/09	Terça	11/09	Quarta	12/09	Quinta	13/09	Sexta	14/09	Valor Nutricional
Risoto Salada de legume		Arroz, feijão iscas ao molho com legume		Arroz, feijão Frango ao molho Suco		Arroz, feijão Ovos mexidos salada folhosa fruta		Arroz, feijão frango ao molho salada folhosa fruta		<i>kcal: 549; Carboidrato: 75,30g; Proteína: 28,16g; Lipídio: 15,39g</i>
Segunda	17/09	Terça	18/09	Quarta	19/09	Quinta	20/09	Sexta	21/09	Valor Nutricional
Arroz, feijão carne moída com proteína de soja		Arroz, polenta frango ao molho		Arroz, feijão isca com legume suco		Arroz, feijão frango ao molho salada folhosa fruta		Macarrão ao molho de carne moída salada folhosa e fruta		<i>kcal: 599,27; Carboidrato: 136,64g; Proteína: 29,30g; Lipídio: 22,09g</i>

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
CARDÁPIOS-SETEMBRO/2012

Segunda	24/09	Terça	25/09	Quarta	26/09	Quinta	27/09	Sexta	28/09	Valor Nutricional
Arroz, feijão frango ao molho		Arroz, carreteiro farofa de legume suco		Arroz, feijão carne moída ao molho		Arroz, feijão salsicha ao molho Salada folhosa fruta		Arroz, feijão carne isca com legume salada folhosa		<i>kcal: 581,19; Carboidrato: 153,68g; Proteína: 24,56g; Lipídio: 22,56g</i>

Escola Municipal Integral



Mês : Setembro / 2012

SERVIÇO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Valor Nutricional
	3/set	4/set	5/set	6/set	7/set	
DESJEJUM	<i>Bebida biscoito doce</i>	<i>Achocolatado biscoito salgado</i>	<i>Enriquecedor Chineque</i>	<i>Bebida láctea pão com margarina</i>	<i>FERIADO</i>	<i>kcal: 330,26; Carboidrato: 60,53g; Proteína: 7,14g; Lipídio: 6,25g</i>
ALMOÇO	<i>Arroz, feijão frango ao molho</i>	<i>Arroz, feijão almôndega ao molho</i>	<i>Macarrão ao molho de carne moída suco</i>	<i>Arroz colorido, feijão salsicha ao molho salada folhosa</i>	<i>FERIADO</i>	<i>kcal: 501,08; Carboidrato: 60,97g; Proteína: 21,60g; Lipídio: 19,67g</i>
MERENDA	<i>Suco</i>	<i>Pudim</i>	<i>Bebida láctea</i>	<i>Mingau</i>	<i>FERIADO</i>	<i>kcal: 154,96; Carboidrato: 41,17g;</i>

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
CARDÁPIOS-SETEMBRO/2012

	<i>biscoito salgado</i>		<i>biscoito doce</i>	<i>Fruta</i>		<i>Proteína: 2,8g; Lipídio: 3,96g</i>
	10/set	11/set	12/set	13/set	14/set	Valor Nutricional
DESJEJUM	<i>Enriquecedor</i> <i>biscoito salgado</i>	<i>Bebida</i> <i>biscoito doce</i>	<i>Chá</i> <i>Chineque</i>	<i>Achocolatado</i> <i>Pão com queijo</i>	<i>Bebida Láctea</i> <i>pão com doce</i>	<i>kcal: 324,32; Carboidrato: 56,32g;</i> <i>Proteína: 8,00g; Lipídio: 7,91g</i>
ALMOÇO	<i>Risoto</i> <i>salada de legume</i>	<i>Arroz, feijão</i> <i>iscas ao molho</i> <i>com legume</i>	<i>Arroz, feijão</i> <i>frango ao molho</i> <i>suco</i>	<i>Arroz, feijão</i> <i>Ovos mexidos</i> <i>salada folhosa e fruta</i>	<i>Arroz, feijão</i> <i>frango ao molho</i> <i>salada folhosa</i>	<i>kcal: 419,89; Carboidrato: 57,28g;</i> <i>Proteína: 23,73g; Lipídio: 14,32g</i>
MERENDA	<i>Arroz doce</i> <i>fruta</i>	<i>Mingau</i>	<i>Bebida láctea</i> <i>Biscoito salgado</i>	<i>suco</i> <i>pão com margarina</i>	<i>Sucrilhos com leite</i> <i>Fruta</i>	<i>kcal: 272,99; Carboidrato: 49,02g;</i> <i>Proteína: 6,98g; Lipídio: 4,98g</i>
	17/set	18/set	19/set	20/set	21/set	Valor Nutricional
DESJEJUM	<i>Bebida láctea</i> <i>biscoito salgado</i>	<i>Achocolatado</i> <i>biscoito doce</i>	<i>Bebida láctea</i> <i>pão com doce</i>	<i>Enriquecedor</i> <i>bolinho</i>	<i>Chá</i> <i>pão com doce</i>	<i>kcal: 312,29; Carboidrato: 58,79g;</i> <i>Proteína: 6,06g; Lipídio: 5,61g</i>
ALMOÇO	<i>Arroz, feijão</i> <i>carne moída com</i> <i>proteína de soja</i>	<i>Arroz, polenta</i> <i>frango ao molho</i>	<i>Arroz, feijão</i> <i>iscas com legume</i> <i>suco</i>	<i>Arroz, feijão</i> <i>almôndega</i> <i>salada folhosa</i>	<i>Macarrão</i> <i>ao molho de carne moída</i> <i>salada folhosa</i>	<i>kcal: 477,62; Carboidrato: 110,64g;</i> <i>Proteína: 26,27g; Lipídio: 19,86g</i>
MERENDA	<i>Mingau</i> <i>fruta</i>	<i>Bebida láctea</i> <i>biscoito salgado</i>	<i>Bebida láctea</i> <i>Biscoito doce</i>	<i>Suco</i> <i>pão com margarina</i>	<i>Mingau</i> <i>Fruta</i>	<i>kcal: 266,69; Carboidrato: 49,03g;</i> <i>Proteína: 5,65g; Lipídio: 4,83g</i>
	24/set	25/set	26/set	27/set	28/set	Valor Nutricional
DESJEJUM	<i>Bebida láctea</i> <i>biscoito doce</i>	<i>Achocolatado</i> <i>biscoito salgado</i>	<i>Bebida láctea</i> <i>Chineque</i>	<i>logurte</i> <i>pão com doce</i>	<i>Chá</i> <i>pão com margarina</i>	<i>kcal: 306,39; Carboidrato: 56,62g;</i> <i>Proteína: 6,07g; Lipídio: 5,22g</i>
ALMOÇO	<i>Arroz, feijão</i>	<i>Arroz carreteiro</i>	<i>Arroz, feijão</i>	<i>Arroz, feijão</i>	<i>Arroz, feijão</i>	<i>kcal: 450,61; Carboidrato: 76,85g;</i>

PREFEITURA DE PARANAGUÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ENSINO INTEGRAL
CARDÁPIOS-SETEMBRO/2012

	<i>frango</i>	<i>farofa de cenoura suco</i>	<i>carne moída ao molho</i>	<i>salsicha ao molho salada folhosa e fruta</i>	<i>carne isca com legume salada folhosa</i>	<i>Proteína: 21,12g; Lipídio: 14,58g</i>
MERENDA	<i>Suco biscoito doce</i>	<i>Canjica</i>	<i>Suco pão com margarina</i>	<i>Enriquecedor de morango biscoito salgado</i>	<i>Vitamina de banana e farinha láctea biscoito doce</i>	<i>kcal: 276,70; Carboidrato: 70,07g; Proteína: 5,78g; Lipídio: 6,36g</i>

CARDÁPIO APROVADO PELO CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

O cardápio foi elaborado por nutricionistas do Departamento de Merenda Escolar (DME) Patrícia dos Santos Alves CRN 8 nº 1781 da Secretaria Municipal de Educação de Paranaguá, acordado com os nutricionistas Responsáveis Técnicos da empresa – RISOTOLANDIA Serviços de Alimentação : Suelen Vanhoni - CRN.8 nº 4.588 ; Lívia Pelegrine – CRN 8 nº 2321 ; Lidianne Costa - CRN 8 nº 6303; Francine da Silva – CRN 8 nº 3149.