



CARDÁPIO ALMOÇO A1 - FEVEREIRO 2022



NORMAL

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
14-fev Arroz branco Feijão preto Peito de frango à milanesa Chuchu ao molho branco Salada de repolho verde com repolho roxo melancia fatiada	15-fev Arroz com cenoura Feijão carioca Picadinho de carne Macarrão alho e óleo Salada de brócolis com milho maçã	16-fev Arroz branco Feijão preto Fricassê de Frango Batata cenoura e chuchu refogados Salada de beterraba salada de frutas	17-fev Arroz integral Feijão carioca Barreado Farofa de repolho Salada de cenoura com limão abacaxi picado	18-fev Arroz branco Feijão preto Carne moída com tomate e cheiro verde Batata refogada Salada de alface com tomate melão fatiado
21-fev Arroz branco Feijão preto Fricassê com cenoura tomate e vagem Batata ao forno com apresuntado e queijo Salada de vagem ao vinagrete mamão picado	22-fev Arroz com brocolis Feijão carioca Barreado Farofa de couve Salada de cenoura mousse de maracujá	23-fev Arroz branco Feijão preto Bife com ervilha milho e tomate Cenoura repolho e vagem refogados Salada de tomate com pepino abacaxi picado	24-fev Arroz integral Feijão carioca Frango ao molho de abobrinha Macarrão alho e óleo Salada de lentilha com cenoura Melão fatiado	25-fev Arroz branco Feijão preto Quibe assado com molho Abóbora refogada Salada de brócolis salada de frutas

CÁLCULOS NUTRICIONAIS (média diária): 680 Kcal, sendo: 39,5g de PTN/ 25g de LIP/ 95g de CHO

ESTE CARDÁPIO É DESTINADO ÀS ESCOLAS INTEGRAIS E PODE SER ACESSADO PELO SITE: [educacao.curitiba.pr.gov.br/ Secretaria/ Departamento de Logística/ Gerência de Alimentação/ Cardápios/ Cardápios Escolas Almoço](http://educacao.curitiba.pr.gov.br/Secretaria/Departamento%20de%20Logística/Gerência%20de%20Alimentação/Cardápios/Cardápios%20Escolas%20Almoço). Qualquer informação ou consideração favor contactar a Gerência de Alimentação pelo telefone 3350-3093 e 3350-3658.