



Jaqueline Martins dos Santos Stámatos
Gerência de Alimentação
Matrícula 191822
Nutricionista/CRN-8 6266



Lucrécia Bakovicz
Gerência de Alimentação
Matrícula 192195
Nutricionista/CRN-8 9930

Cardápio CFM 1: NOVEMBRO 2023

Juliana Rodrigues Dias Guedes
Gerência de Alimentação
Matrícula 184452
Nutricionista/CRN-8 6775



CURITIBA

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		01/nov Suco polpa de manga 200ml Bolo de fubá 50g	02/nov FERIADO	03/nov RECESSO
06/nov Café com leite 190ml Pão de abóbora 50g Manteiga sem sal 10g	07/nov Leite com chocolate em pó 190ml Bolo de maçã aveia e canela 50g	08/nov Suco polpa de maçã 200ml Biscoito polvilho doce 50g Melão fatiado 125g	09/nov Chá de Erva doce 190 ml Pão integral fatiado 50g Requeijão cremoso 15g Maçã 100g	10/nov Suco de polpa de laranja 200ml Pão de leite 50g Queijo mussarela 20g
13/nov Café com leite 190ml Pão de leite 50g Requeijão cremoso 15g	14/nov Leite com aroma de coco 200ml Biscoito cream cracker 50g Banana 120g	02/nov FERIADO	16/nov Chá de capim limão 190ml Bolo de banana e canela 50g Pera 100g	17/nov Suco de polpa de morango 200ml Pão de abóbora 50g Patê de frango 30g
20/nov Café com leite 190ml Pão de abóbora 50g Queijo mussarela 20g	21/nov Chá de Hortelã 190ml Bolo de coco 50g Banana 120g	22/nov Café com leite 190ml Biscoito salgado integral 50g Pêra 100g	23/nov Vitamina de polpa de morango 190ml Chineque de uva 50g	24/nov Suco de laranja AF 200ml Pão integral fatiado 50g Manteiga AF 10g Maçã 100g
27/nov Chá de camomila 190ml Pão de integral fatiado 50g Queijo mussarela 20g Pêssego 80g	28/nov Suco polpa de acerola 200ml Bolo de abacaxi com canela 50g	29/nov Suco polpa de maracujá 200ml Pão de leite 50g Patê de frango 30g	30/nov Café com leite 190ml Chineque de goiabada 60g Banana 120g	

CÁLCULOS NUTRICIONAIS (média diária): 403,09 Kcal, sendo: 10,20g de PTN, 16,03g de LIP e 51,85g de CHO.

OBSERVAÇÕES: Aumente e varie o consumo de frutas, legumes e verduras. Elas são ricas em vitaminas, minerais e fibras. As vitaminas e minerais colaboram na manutenção e no bom funcionamento do organismo. E as fibras regulam o funcionamento intestinal, dão sensação de saciedade, e podem atuar prevenindo várias doenças. Este cardápio pertence as escolas de período regular. Para acessar os cardápios: www.educacao.curititba.pr.gov.br Para qualquer ocorrência entrar em contato pelos ramais 3093, 3658