



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

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

CARDÁPIO ALMOÇO A2 - DEZEMBRO 2023

Juliana R. D. Guedes
Gerência de Alimentação
Matrícula 184452
Nutricionista/CRN-8 6775



FENILCETONÚRIA

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
				1-dez ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) ABOBRINHA COZIDA 35G (28,35mg FAL) BETERRABA COZIDA 70G (31,5MG FAL) SALADA DE ALFACE 15G (7,8MG FAL) PÊSSEGO 80G (28mg FAL) Total =161,65mg FAL
4-dez ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) BATATA DOCE ASSADA 40G (33,6 MG FAL) SALADA DE ABOBRINHA 35G (28,35mg FAL) LARANJA 100G (30MG FAL) Total =130,95mg FAL	5-dez ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) FAROFA DE ESPINAFRE FENIL 30g (25 mg FAL) SALADA DE BRÓCOLIS 50G (64,5MG FAL) MELÃO 90G (15,3MG FAL) Total =170,80mg FAL	6-dez ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) CENOURA COZIDA 60G (22,2MG FAL) SALADA DE ALFACE COM LIMÃO 15G (7,8MG FAL) MAMÃO 70G (20,3 MG FAL) Total =116,3mg FAL	7-dez ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) BATATA INGLESA COZIDA 40G (35,2MG FAL) SALADA DE TOMATE 60G (26,4mg FAL) ABACAXI 100G (32MG FAL) Total =159,60mg FAL	8-dez ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) MACARRÃO PARAFUSO ABOBRINHA E CENOURA FENIL 80G (63,5MG FAL) SALADA DE REPOLHO VERDE E REPOLHO ROXO 40G (21,2 MG FAL) SALADA DE FRUTAS 100G (29,7MG FAL) Total =180,4mg FAL
11-dez ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) MACARRÃO PARAFUSO ABOBRINHA E CENOURA FENIL 80G (63,5MG FAL) SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G (15,6MG FAL) MELANCIA 125G (12,5mg FAL) Total =157,605mg FAL	12-dez ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) ABÓBORA COZIDA 58 G (20,30mg FAL) SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G (19,6mg FAL) PERA 100G (22,00mg FAL) Total =127,9mg FAL	13-dez ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) AIPIM COZIDO 65G (20,15MG FAL) FAROFA DE ESPINAFRE FENIL 30g (25 mg FAL) SALADA DE REPOLHO VERDE E REPOLHO ROXO 40G (21,2 MG FAL) Total =132,35mg FAL	14-dez ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) BATATA INGLESA COZIDA 40G (35,2MG FAL) SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 70G (31,5MG FAL) SAGU DE UVA 150G (8,19 MG FAL) SEM CREME Total =140,89mg FAL	15-dez ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) CENOURA COZIDA 60G (22,2MG FAL) SALADA DE REPOLHO VERDE E REPOLHO ROXO 40G (21,2 MG FAL) MELÃO 90G (15,3MG FAL) Total =124,7mg FAL
18-dez ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) FAROFA DE REPOLHO FENIL 30g (19,13 mg FAL) SALADA DE PEPINO COM TOMATE (45G (25,3mg FAL) SALADA DE FRUTAS 100G (29,7MG FAL) Total =139,43mg FAL	19-dez ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) BATATA SALSA 40G (13,2MG FAL) SALADA DE BRÓCOLIS 50G (64,5MG FAL) SAGU DE UVA 150G (8,19 MG FAL) SEM CREME Total =151,89mg FAL	20-dez ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) AIPIM COZIDO 65G (20,15MG FAL) SALADA DE REPOLHO VERDE E REPOLHO ROXO 40G (21,2 MG FAL) ABACAXI 100G (32MG FAL) Total =139,35mg FAL	21-dez ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) CENOURA COZIDA 60G (22,2MG FAL) SALADA DE CHUCHU COM TOMATE 50G (31mg FAL) MAMÃO 70G (20,3 MG FAL) Total =139,5mg FAL	22-dez ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) MACARRÃO PARAFUSO ABOBRINHA E CENOURA FENIL 80G (63,5MG FAL) SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G (19,6mg FAL) AMEIXA 42g (16,38mg FAL) Total =161,65mg FAL
26/dez	27/dez	28/dez	29/dez	30/dez
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. Qualquer informação ou consideração favor contactar a Gerência de Alimentação pelo telefone 3350-3093 e 3350-3658.				