



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 ALMOÇO B2 - DEZEMBRO 2023

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



DIABETES SEM LACTOSE

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
				1-dez ARROZ INTEGRAL Feijão preto ISCAS DE FRANGO REFOGADAS Beterraba cozida Salada de lentilha com cenoura Pêssego
4-dez Arroz integral Feijão preto Bife com molho de ervilhas ABOBRINHA REFOGADA Salada de Agrião com tomate Laranja	5-dez ARROZ INTEGRAL Feijão Carioca Bife com milho e ervilha Farofa de espinafre Salada de Couve-flor com limão Melão	6-dez ARROZ INTEGRAL COM BRÓCOLIS Feijão preto Isclas de frango ao sugo Cenoura com batata salsa Salada de alface com limão Mamão	7-dez ARROZ INTEGRAL Feijão Carioca Frango assado Batata cenoura e chuchu refogados Salada de tomate com limão Abacaxi	8-dez ARROZ INTEGRAL Feijão preto Isclas de carne refogada com cebola Macarrão parafuso integral ao sugo Salada de repolho(AF) ao vinagrete Salada de frutas
11-dez ARROZ INTEGRAL Feijão preto Carne moída com tomate e cheiro verde MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL AO SUGO Salada de vagem Melancia	12-dez ARROZ INTEGRAL Feijão Carioca PEITO DE FRANGO GRELHADO Abóbora refogada Salada de alface e tomate Pera	13-dez Arroz integral Feijão preto Picadinho de carne Farofa de couve Salada de repolho verde com repolho roxo Laranja	14-dez ARROZ INTEGRAL COM CENOURA Feijão Carioca FRANGO COM CENOURA E PIMENTÃO Batata assada com alecrim Salada de beterraba com limão MOUSSE DE MARACUJÁ COM LEITE DE SOJA DIET	15-dez ARROZ INTEGRAL Feijão preto Quibe assado com molho Cenoura repolho e vagem refogados SALADA DE TOMATE Melão
18-dez ARROZ INTEGRAL Feijão carioca Frango ao molho Farofa de repolho Salada de tomate com pepino Salada de frutas	19-dez ARROZ INTEGRAL Virado de feijão Posta assada ao molho Cenoura com batata Salsa Salada de brócolis com limão SAGU DE UVA DIET	20-dez Arroz integral Feijão preto ISCAS DE CARNE AO SUGO Aipim sauté Salada de repolho verde com repolho roxo Abacaxi	21-dez ARROZ INTEGRAL Feijão carioca Frango Assado Purê de cenoura Salada de grão de bico com tomate Mamão	22-dez ARROZ INTEGRAL COM VAGEM Feijão Preto Almôndega de carne ao sugo MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL ALHO E ÓLEO Salada de alface com cenoura Ameixa
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.				