



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

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

CARDÁPIO ALMOÇO B3 - DEZEMBRO 2023

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



DIABÉTICO, CELÍACO

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
				12-jan ARROZ INTEGRAL FEIJÃO PRETO ISCAS DE FRANGO AO SUGO BETERRABA COZIDA SALADA DE LENTILHA COM CENOURA PÊSSEGO
15-jan ARROZ INTEGRAL FEIJÃO PRETO BIFE COM MOLHO DE ERVILHAS MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL SEM GLÚTEN AO SUGO SALADA DE PEPINO COM LIMÃO MAMÃO	16-jan ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARIOCA ISCAS DE FRANGO AO SUGO COUVE REFOGADA SALADA DE ALFACE COM LIMÃO SALADA DE FRUTAS	17-jan ARROZ INTEGRAL COM BRÓCOLIS FEIJÃO PRETO FRANGO ASSADO BATATA CENOURA E CHUCHU REFOGADOS SALADA DE TOMATE COM LIMÃO ABACAXI	18-jan ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARIOCA BIFE COM MILHO E ERVILHA FAROFA DE CENOURA COM ESPINAFRE SEM GLÚTEN SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO MELÃO	19-jan ARROZ INTEGRAL FEIJÃO PRETO CARNE DE PANELA COM ERVAS CENOURA COM BATATA SALSA AF SALADA DE AGRIÃO COM TOMATE LARANJA
12-nov ARROZ INTEGRAL FEIJÃO PRETO ALMÔNDEGA DE CARNE ASSADA AO SUGO SEM GLÚTEN E OVO CENOURA REPOLHO E VAGEM REFOGADOS TABULE MELÃO	13-nov ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARIOCA PICADINHO DE CARNE FAROFA DE COUVE SEM TRAÇOS DE GLÚTEN SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO LARANJA	14-nov ARROZ INTEGRAL FEIJÃO PRETO ISCAS DE FRANGO AO SUGO BATATA ASSADA COM ALECRIM SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO MOUSSE DE MARACUJÁ DIET	15-nov ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARIOCA CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL SEM GLÚTEN AO SUGO SALADA DE VAGEM MELANCIA	16-nov ARROZ INTEGRAL COM CENOURA FEIJÃO PRETO PEITO DE FRANGO GRElhADO ABÓBORA REFOGADA SALADA DE ALFACE E TOMATE PERA
18-dez ARROZ INTEGRAL FEIJÃO PRETO ALMÔNDEGA DE CARNE ASSADA AO SUGO SEM GLÚTEN E OVO MACARRÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN ALHO E ÓLEO SALADA DE ALFACE COM CENOURA SAGU DE UVA DIET	19-dez ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARIOCA FRANGO ASSADO PURÊ DE CENOURA SALADA DE GRÃO DE BICO COM TOMATE ABACAXI	20-dez ARROZ INTEGRAL FEIJÃO PRETO FRANGO AO MOLHO FAROFA DE COUVE SEM TRAÇOS DE GLÚTEN SALADA DE TOMATE COM PEPINO MAMÃO	21-dez ARROZ INTEGRAL FEIJÃO PRETO POSTA ASSADA AO MOLHO CENOURA COM BATATA SALSA SALADA DE BRÓCOLIS COM LIMÃO AMEIXA	22-dez ARROZ INTEGRAL COM VAGEM FEIJÃO CARIOCA ISCAS DE CARNE AO SUGO AIPIM SAUTÉ SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO SALADA DE FRUTAS
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.				