



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 D - DEZEMBRO 2023

DIABÉTICO, HIPOSSÓDICO, HIPOLIPÍDICO

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



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
				1-dez ARROZ INTEGRAL (DIETA) FEIJÃO PRETO (DIETA) ISCAS DE FRANGO AO SUGO (DIETA) BETERRABA COZIDA (DIETA) SALADA DE LENTILHA COM CENOURA (SEM SAL) Salada de frutas
4-dez ARROZ INTEGRAL (DIETA) FEIJÃO PRETO (DIETA) BIFE COM MOLHO DE ERVILHAS (DIETA) COUVE REFOGADA (DIETA) SALADA DE AGRIÃO COM TOMATE (SEM SAL) CREME DE MANGA COM LEITE DESNATADO	5-dez ARROZ INTEGRAL (DIETA) FEIJÃO CARIOCA (DIETA) ISCAS DE CARNE REFOGADAS (DIETA) FAROFÁ DE ESPINAFRE (DIETA) SALADA DE COUVE-FLOR (SEM SAL) Melão	6-dez ARROZ INTEGRAL COM BRÓCOLIS (DIETA) FEIJÃO PRETO (DIETA) ISCAS DE FRANGO AO SUGO (DIETA) CENOURA COM BATATA SALSA (DIETA) SALADA DE ALFACE (SEM SAL) Mamão	7-dez ARROZ INTEGRAL (DIETA) FEIJÃO CARIOCA (DIETA) PEITO DE FRANGO GRELHADO (DIETA) BATATA CENOURA E CHUCHU REFOGADOS (DIETA) SALADA DE TOMATE (SEM SAL) Abacaxi	8-dez ARROZ INTEGRAL (DIETA) FEIJÃO PRETO (DIETA) ISCAS DE CARNE REFOGADA COM CEBOLA (DIETA) MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL AO SUGO (DIETA) SALADA DE REPOLHO (SEM SAL) Maça AF
11-dez ARROZ INTEGRAL (DIETA) FEIJÃO PRETO (DIETA) CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE (DIETA) MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO (DIETA) SALADA DE VAGEM (SEM SAL) Melancia	12-dez ARROZ INTEGRAL (DIETA) FEIJÃO CARIOCA (DIETA) PEITO DE FRANGO GRELHADO (DIETA) ABÓBORA REFOGADA (DIETA) SALADA DE ALFACE E TOMATE (SEM SAL) Pera	13-dez ARROZ INTEGRAL (DIETA) FEIJÃO PRETO (DIETA) PICADINHO DE CARNE (DIETA) FAROFÁ DE COUVE (DIETA) SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO (SEM SAL) Banana	14-dez ARROZ INTEGRAL COM CENOURA (DIETA) FEIJÃO CARIOCA (DIETA) FRANGO AO MOLHO (DIETA) Batata assada com alecrim SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO (SEM SAL) MOUSSE DE MARACUJÁ COM LEITE DESNATADO DIET	15-dez ARROZ INTEGRAL (DIETA) FEIJÃO PRETO (DIETA) QUIBE ASSADO SEM MOLHO (DIETA) CENOURA REPOLHO E VAGEM REFOGADOS (DIETA) SALADA DE ALFACE (SEM SAL) Melão
18-dez ARROZ INTEGRAL (DIETA) FEIJÃO CARIOCA (DIETA) FRANGO AO MOLHO (DIETA) FAROFÁ DE REPOLHO (DIETA) SALADA DE TOMATE COM PEPINO (SEM SAL) Salada de frutas	19-dez ARROZ INTEGRAL (DIETA) FEIJÃO PRETO (DIETA) POSTA ASSADA AO MOLHO (DIETA) CENOURA COM BATATA SALSA (DIETA) SALADA DE BRÓCOLIS (SEM SAL) SAGU DE UVA DIET	20-dez ARROZ INTEGRAL (DIETA) FEIJÃO PRETO ISCAS DE CARNE REFOGADAS (DIETA) AIPIM SAUTÉ (DIETA) SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO (SEM SAL) Abacaxi	21-dez ARROZ INTEGRAL (DIETA) FEIJÃO CARIOCA (DIETA) ISCAS DE FRANGO AO SUGO (DIETA) PURÊ DE CENOURA (DIETA) SALADA DE GRÃO DE BICO COM TOMATE (SEM SAL) Mamão	22-dez ARRROZ INTEGRAL COM VAGEM (DIETA) FEIJÃO PRETO (DIETA) ALMÔNDEGA DE CARNE ASSADAS AO SUGO (DIETA) MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO (DIETA) SALADA DE ALFACE COM CENOURA (SEM SAL) Manga Picada
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.				