



CARDÁPIO ALMOÇO B2 - MAIO 2023

NORMAL

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	2-mai Arroz integral Feijão carioca Iscas de frango ao sugo Beterraba cozida Salada de repolho ao vinagrete Mousse de maracujá	3-mai Arroz branco Feijão preto Fricassê de frango Farofa de couve Salada de alface com cenoura Banana	4-mai Arroz branco Feijão carioca Bife acebolado Abóbora refogada Salada de chuchu com tomate Abacaxi picado	5-mai Arroz com milho e vagem Feijão preto Carne moída com tomate e cheiro verde Macarrão parafuso ao sugo Salada de brócolis AF (orgânico) com limão Mamão
8-mai Arroz branco AF Feijão preto AF Peito de Frango à milanesa Beterraba cozida Salada de chuchu com cenoura Mamão	9-mai Arroz integral Feijão carioca AF Carne de panela com ervas Farofa de repolho Salada de alface com tomate Abacaxi picado	10-mai Arroz branco AF Feijão preto AF Picadinho de carne Abobrinha refogada Salada de pepino com tomate Salada de frutas	11-mai Arroz com cenoura Feijão carioca AF Posta ao molho Cenoura com batata salsa AF (orgânica) Salada de brócolis AF (orgânico) com milho Laranja	12-mai Arroz branco AF Feijão preto AF Frango assado Macarrão parafuso ao sugo Salada de repolho verde AF (orgânico) e repolho roxo Melão picado
15-mai Arroz branco AF Feijão preto AF Carne moída com tomate e cheiro verde Macarrão parafuso ao sugo Salada de chuchu com milho verde Mamão	16-mai Arroz integral Feijão carioca AF Stroganoff de carne Farofa de couve Salada de alface e cenoura Laranja	17-mai Arroz branco AF Feijão preto AF Iscas de carne acebolada Abobrinha refogada com tomate refogada Salada de repolho verde com repolho roxo Banana	18-mai Arroz com brócolis Feijão preto AF Almôndegas de frango assada ao sugo Batata doce AF (orgânica) assada Salada de tomate AF (orgânico) com pepino Maçã AF	19-mai Arroz branco Feijão carioca AF Peito de Frango à milanesa Batata cenoura e chuchu AF (orgânico) refogados Salada de brócolis AF (orgânico) com limão Canjica
22-mai Arroz branco AF Feijão preto AF Barreado Farofa de repolho Salada de alface com cenoura Melancia	23-mai Arroz integral Feijão carioca AF Iscas de frango ao sugo Abobrinha refogada Salada de acelga com limão Banana	24-mai Arroz branco AF Feijão preto AF Bife acebolado Batata com azeite orégano e tomate Salada de chuchu com tomate Sagu de uva	25-mai Arroz AF com cenoura Feijão preto AF Almôndegas de carne assada ao sugo Macarrão parafuso colorido ao sugo Salada de repolho AF (orgânico) ao vinagrete Abacaxi picado	26-mai Arroz branco AF Feijão carioca AF Frango assado Beterraba AF (orgânica) cozida Salada de pepino com cheiro verde Melão picado
29-mai Arroz integral Virado de Feijão Carne moída com tomate e cheiro verde Couve refogada Salada de pepino com limão Laranja	30-mai Arroz branco AF Feijão preto AF Bife com ervilha, milho e tomate Batata refogada Salada de cenoura com limão Salada de frutas	31-mai Arroz integral Feijão carioca AF Iscas de frango ao sugo Macarrão AF alho e óleo Salada de repolho com limão Maçã		

CALCULOS NUTRICIONAIS (média diária): 652,19Kcal, sendo: 37,31g de PTN, 17,42g de LIP, 91,05g de CHO

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](http://educacao.curitiba.pr.gov.br/Secretaria/Departamento%20de%20Logística/Gerência%20de%20Alimentação/). Qualquer informação ou consideração favor contactar a Gerência de Alimentação pelo telefone 3350-3093 e 3350-3658.