



CURITIBA

Jacqueline Martins dos Santos Skalmko
Gerência de Alimentação
Matrícula 191822
Nutricionista/CRN-8 6286

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

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

CARDÁPIO Almoço D + LID - NOVEMBRO 2024

SEM LEITE E ALIMENTOS ÁCIDOS

Não temperar as saladas com limão e/ou vinagre!

					SEXTA-FEIRA 01/11
Almoço D					Arroz branco 110g Feijão preto 90g ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS (RESTRIÇÃO) Farofa de couve 30g SALADA DE BETERRABA 50G Salada de frutas sem abacaxi 150g
LID					MACARRÃO PARAFUSO 100G ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G (RESTRIÇÃO) Banana 120g
SEGUNDA-FEIRA 04/11		TERÇA-FEIRA 05/11	QUARTA-FEIRA 06/11	QUINTA-FEIRA 07/11	SEXTA-FEIRA 08/11
Almoço D	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Frango assado 100g Farofa de cenoura 30g SALADA DE COUVE FLOR 30G Salada de frutas sem abacaxi 150g	Arroz integral com brócolis 100g Feijão preto 90g Picadinho de carne com cenoura e champignon 100g Batata doce assada 50g Salada de beterraba 50g Maçã 100g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Bife grelhado 100g Abobrinha refogada 35g SALADA DE ALFACE 15G Melancia 150g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS (RESTRIÇÃO) Macarrão parafuso alho e óleo 80g SALADA DE CENOURA 25G CENOURA AF (ORGÂNICA) Banana 120g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Peito de frango a milanesa 100g CHUCHU REFOGADO 50G SALADA DE REPOLHO 40G Melão fatiado 150g
LID	Polenta 100g ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G (RESTRIÇÃO) Maçã 100g	Sagu de uva 150g CREME DE LEITE DE SOJA 20G Banana 120g	SUCO POLPA DE GOIABA 200ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	Arroz 100g ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G (RESTRIÇÃO) Melancia fatiada 150g	SUCO POLPA DE UVA 200ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G
SEGUNDA-FEIRA 11/11		TERÇA-FEIRA 12/11	QUARTA-FEIRA 13/11	QUINTA-FEIRA 14/11	SEXTA-FEIRA 15/11
Almoço D	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Peito de frango grelhado 100g Abóbora refogada 58g Salada de alface 15g Salada de frutas sem abacaxi 150g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g POSTA ASSADA AO MOLHO 100G (RESTRIÇÃO) Farinha de mandioca torrada 35g Salada de repolho verde com repolho roxo 40g Melão 150g	Arroz integral 100g Feijão preto 90g ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 100G (RESTRIÇÃO) Batata refogada 50g SALADA DE AGRIÃO 15G Banana 120g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g BIFE GRELHADO 100G Beterraba cozida 70g SALADA DE PEPINO 40G PEPINO AF (ORGÂNICO) Melancia 150g	FERIADO
LID	Suco polpa de goiaba 200ml SANDUÍCHE NATURAL SEM LEITE E TOMATE 100G	Sagu de uva 150g CREME DE LEITE DE SOJA 20G Maçã 100g	SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G CARNE MOÍDA COM CENOURA 60G (RESTRIÇÃO) Melão fatiado 150g	Macarrão parafuso 100g CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G Banana 120g	FERIADO



CURITIBA

Jacqueline Martins dos Santos Skalmko
Gerência de Alimentação
Matrícula 191822
Nutricionista/CRN-8 6266

Luciana Rosa Kowalski
Gerência de Alimentação
Matrícula 1592195
Nutricionista/CRN-8 9930

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

CARDÁPIO Almoço D + LID - NOVEMBRO 2024

SEM LEITE E ALIMENTOS ÁCIDOS

Não temperar as saladas com limão e/ou vinagre!

	SEGUNDA-FEIRA 18/11	TERÇA-FEIRA 19/11	QUARTA-FEIRA 20/11	QUINTA-FEIRA 21/11	SEXTA-FEIRA 22/11
Almoço D	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 100G (RESTRIÇÃO) BATATA REFOGADA 50G Salada de brócolis 30g Sagu 100g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Bife à milanesa 100g CENOURA REFOGADA 30G Salada de acelga 30g Banana 120g	FERIADO	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g BARREADO 110G (DIETA) Farofa de repolho 30g SALADA DE BETERRABA 50G Melão 150g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g ALMÔNDEGA DE FRANGO ASSADA AO SUGO 100G (RESTRIÇÃO) Macarrão parafuso alho e óleo 80g Salada de alface com cenoura 30g Salada de frutas sem abacaxi 150g
LID	Arroz 100g Iscas de carne com abóbora 60g Maçã 100g	SUCO POLPA DE UVA 200ML BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA E LEITE 50G Melancia fatiada 150g	FERIADO	SUCO POLPA DE GOIABA 200ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G FRANGO E CENOURA PARA PÃO 30G (RESTRIÇÃO)	Batata Refogada 100g ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G (RESTRIÇÃO) Pêssego 80g
	SEGUNDA-FEIRA 25/11	TERÇA-FEIRA 26/11	QUARTA-FEIRA 27/11	QUINTA-FEIRA 28/11	SEXTA-FEIRA 29/11
Almoço D	Arroz branco 110g Feijão preto 90g QUIBE ASSADO SEM MOLHO 100G Batata doce assada 50g Salada de beterraba 50g Pêssego 80g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Peito de frango a milanesa 100g Batata, cenoura e chuchu refogados 40g Salada de repolho verde com repolho roxo 40g CREME DE GOIABA COM LEITE DE SOJA 90G	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Frango assado 100g CHUCHU REFOGADO 50G SALADA DE CENOURA 25G Salada de frutas sem abacaxi 150g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g PICADINHO DE CARNE 100G (RESTRIÇÃO) Farinha de mandioca torrada 35g SALADA DE PEPINO 40G PEPINO AF (ORGÂNICO) Melão 150g	Arroz integral 100g Feijão preto 90g Bife grelhado 100g Couve-flor cozida 50g Salada de alface 15g AF (orgânica) Maçã AF (orgânica)
LID	SUCO POLPA DE GOIABA 200ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G (RESTRIÇÃO) Melancia fatiada 150g	Suco polpa de uva 200ml PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G	MACARRÃO PARAFUSO 100G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G (RESTRIÇÃO) Maçã AF (orgânica)	IOGURTE DE SOJA SABOR COCO 180ML FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G Banana 120g

ESTE CARDÁPIO É DESTINADO ÀS ESCOLAS INTEGRAIS E FOI ELABORADO PAUTADO NA NORMATIZAÇÃO E NOTAS TÉCNICAS DO PNAE, ESPECIALMENTE NA LEI Nº 11.947/20095 E NA Cardápio disponível no site: educacao.curitiba.pr.gov.br/secretaria/departamento-de-logistica/gerencia-de-alimentacao/cardapios-cardapios-escolas
Qualquer informação ou consideração favor contactar a Gerência de Alimentação pelos ramais 3093 e 3658.