



CURITIBA

Secretaria Municipal de Saúde  
Secretaria de Alimentação  
Matrícula 10222  
Nutricionista/CRN-8 6705

Luciene Bakawa  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 102230  
Nutricionista/CRN-8 9930

## CARDÁPIO Almoço D + LID - NOVEMBRO 2024

## ALIMENTOS MACIOS E RICA EM FIBRAS

AMASSAR OS ALIMENTOS NO HORÁRIO DO SERVIMENTO CONFORME NECESSIDADE DO ESTUDANTE. MELANCIA DEVERÁ SER OFERTADA SEM SEMENTES.

Juliana Rodrigues Dias Guedes  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 104452  
Nutricionista/CRN-8 6775

					SEXTA-FEIRA 01/11
Almoço D					<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b> <b>FEIJÃO PRETO 90G (AMASSADO)</b> Almôndegas de carne ao sugo 100g <b>BATATA SALSA COZIDA 40G</b> Salada de tomate 60g Salada de frutas sem abacaxi 150g
LID					<b>MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL 100G</b> Iscas de frango e cenoura 60g <b>MANGA PICADA 100G</b>
	SEGUNDA-FEIRA 04/11	TERÇA-FEIRA 05/11	QUARTA-FEIRA 06/11	QUINTA-FEIRA 07/11	SEXTA-FEIRA 08/11
Almoço D	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90G (AMASSADO)</b> <b>ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110G</b> <b>CENOURA REFOGADA 30G</b> Salada de couve flor com limão 30g Salada de frutas sem abacaxi 150g	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b> <b>FEIJÃO PRETO 90G (AMASSADO)</b> Picadinho de carne com cenoura e champignon 100g Batata doce assada 50g <b>SALADA DE BETERRABA 50G (COZIDA)</b> <b>SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 150G</b>	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90G (AMASSADO)</b> <b>ISCAS DE CARNE AO SUGO 110G</b> Abobrinha refogada 35g <b>SALADA DE ALFACE 15G</b> Melancia 150g	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b> <b>FEIJÃO PRETO 90G (AMASSADO)</b> Almondegas de carne assadas ao sugo 100g Macarrão parafuso alho e óleo 80g <b>SALADA DE CENOURA COM LIMÃO 25G CENOURA AF (ORGÂNICA) (COZIDA)</b> <b>MANGA PICADA 100G</b>	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90G (AMASSADO)</b> <b>ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110G</b> Creme de milho 50g <b>SALADA DE CHUCHU COM CHEIRO VERDE 30G</b> Melancia 150g
LID	Polenta 100g Iscas de carne ao sugo 50g <b>Melancia fatiada 150g</b>	Sagu de uva 150g Creme de leite 20g Banana 120g	Suco polpa de abacaxi 200ml <b>PÃO INTEGRAL 50G</b> Frango e cenoura para pão 60g	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b> Iscas de carne e tomate 60g Melancia fatiada 150g	Suco polpa de acerola 200ml <b>PÃO DE AVEIA 50G</b> Hambúrguer bovino assado 42g Queijo 20g



CURITIBA

Secretaria Municipal de Saúde  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 11022  
Nutricionista/CRN-8 6700

Luciene Bakawa  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 110235  
Nutricionista/CRN-8 6930

## CARDÁPIO Almoço D + LID - NOVEMBRO 2024

## ALIMENTOS MACIOS E RICA EM FIBRAS

AMASSAR OS ALIMENTOS NO HORÁRIO DO SERVIMENTO CONFORME NECESSIDADE DO ESTUDANTE. MELANCIA DEVERÁ SER OFERTADA SEM SEMENTES.

Juliana Rodrigues Dias Guedes  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 110452  
Nutricionista/CRN-8 6775

	SEGUNDA-FEIRA 11/11	TERÇA-FEIRA 12/11	QUARTA-FEIRA 13/11	QUINTA-FEIRA 14/11	SEXTA-FEIRA 15/11
Almoço D	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b> <b>FEIJÃO PRETO 90G (AMASSADO)</b> <b>FRANGO AO MOLHO 100G</b> Abóbora refogada 58g Salada de alface 15g Salada de frutas sem abacaxi 150g	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90G (AMASSADO)</b> Posta assada ao molho 100g Farinha de mandioca torrada 35g <b>SALADA DE BRÓCOLIS 30G</b> <b>MELANCIA 150G</b>	Arroz integral 100g <b>FEIJÃO PRETO 90G (AMASSADO)</b> Fricassê de frango 110g Batata refogada 50g <b>SALADA DE BETERRABA 50G (COZIDA)</b> <b>SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 150G</b>	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90G (AMASSADO)</b> <b>CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G</b> Beterraba cozida 70g <b>SALADA DE CHUCHU COM CHEIRO VERDE 30G</b> Melancia 150g	FERIADO
LID	Suco polpa de goiaba 200ml Sanduíche natural 100g	Sagu de uva 150g Creme de leite 20g (Leite AF) <b>MANGA PICADA 100G</b>	Suco polpa de tangerina 200ml <b>PÃO DE CENTEIO 50G</b> Carne moída com cenoura 60g <b>MELANCIA FATIADA 150G</b>	<b>MACARRAO PARAFUSO INTEGRAL 100G</b> Bolinho de carne ao molho 70g <b>SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</b>	FERIADO
	SEGUNDA-FEIRA 18/11	TERÇA-FEIRA 19/11	QUARTA-FEIRA 20/11	QUINTA-FEIRA 21/11	SEXTA-FEIRA 22/11
Almoço D	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90G (AMASSADO)</b> <b>ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110G</b> Batata com molho 70g Salada de brócolis 30g Sagu 100g	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b> <b>FEIJÃO PRETO 90G (AMASSADO)</b> <b>STROGNOFF DE CARNE 100G</b> Purê de cenoura 100g <b>SALADA DE COUVE FLOR COM LIMÃO 30G</b> <b>SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 150G</b>	FERIADO	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90G (AMASSADO)</b> Barreado 110g <b>ABOBRINHA REFOGADA 35G</b> <b>Salada de beterraba 50g (COZIDA)</b> <b>MELANCIA 150G</b>	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b> <b>FEIJÃO PRETO 90G (AMASSADO)</b> Almôndega de frango assada ao sugo 100g Macarrão parafuso alho e óleo 80g <b>SALADA DE CENOURA COM LIMÃO 25G (COZIDA)</b> Salada de frutas sem abacaxi 150g
LID	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b> Iscas de carne com abóbora 60g <b>MANGA PICADA 100G</b>	Suco polpa de limão 200ml Bolo de chocolate sem cobertura 50g (leite AF) Melancia fatiada 150g	FERIADO	Suco polpa de abacaxi 200ml <b>PÃO INTEGRAL 50G</b> Frango e cenoura para pão 30g	Batata Refogada 100g Iscas de frango refogadas 50g <b>MANGA PICADA 100G</b>



CURITIBA

Secretaria Municipal de Educação  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 11022  
Nutricionista/CRN-8 6705

Luizete Bakawa  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 112235  
Nutricionista/CRN-8 9930

## CARDÁPIO Almoço D + LID - NOVEMBRO 2024

## ALIMENTOS MACIOS E RICA EM FIBRAS

**AMASSAR OS ALIMENTOS NO HORÁRIO DO SERVIMENTO CONFORME NECESSIDADE DO ESTUDANTE. MELANCIA DEVERÁ SER OFERTADA SEM SEMENTES.**

Juliana Rodrigues Dias Guedes  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 110452  
Nutricionista/CRN-8 6775

	SEGUNDA-FEIRA 25/11	TERÇA-FEIRA 26/11	QUARTA-FEIRA 27/11	QUINTA-FEIRA 28/11	SEXTA-FEIRA 29/11
Almoço D	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b>  <b>FEIJÃO PRETO 90G (AMASSADO)</b>  Quibe assado com molho 100g  Batata doce assada 50g  <b>SALADA DE BETERRABA 50G (COZIDA)</b>  <b>SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 150G</b>	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b>  <b>FEIJÃO CARIOCA 90G (AMASSADO)</b>  <b>FRANGO AO MOLHO 110G</b>  Batata, cenoura e chuchu refogados 40g  <b>SALADA DE COUVE FLOR COM LIMÃO 30G</b>  Mousse de maracujá 90g (leite AF)	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b>  <b>FEIJÃO PRETO 90G (AMASSADO)</b>  <b>ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110G</b>  Creme de milho 50g  <b>SALADA DE CENOURA COM LIMÃO 25G (COZIDA)</b>  Salada de frutas sem abacaxi 150g	<b>ARROZ INTEGRAL 100G</b>  <b>FEIJÃO CARIOCA 90G (AMASSADO)</b>  Picadinho de carne 100g  Farinha de mandioca torrada 35g  <b>SALADA DE CHUCHU COM CHEIRO VERDE 30G</b>  <b>MANGA PICADA 100G</b>	Arroz integral 100g  <b>FEIJÃO PRETO 90G (AMASSADO)</b>  <b>ISCAS DE CARNE AO SUGO 110G</b>  Couve-flor cozida 50g  Salada de alface 15g AF (orgânica)  <b>MELANCIA 150G</b>
	LID	Suco polpa de maracujá 200ml  <b>PÃO DE CENTEIO 50G</b>  Frango para pão com tomate 60g	<b>RISOTO INTEGRAL DE CARNE E ABOBRINHA 150G</b>    Melancia fatiada 150g	Suco polpa de uva 200ml  <b>PÃO INTEGRAL 50G</b>  Cachorro quente- molho 20ml e salsicha 50g	<b>MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL 100G</b>  Iscas de frango refogadas com brócolis 60g  <b>SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</b>

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 logística/ gerência de alimentação/ cardápios/ cardápios escolas](http://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.