



Jaqueline Martins dos Santos Skalmi
Gerência de Alimentação
Matrícula 191822
Nutricionista/CRN-8 6286

Lucrécia Bakowicz
Gerência de Alimentação
Matrícula 192195
Nutricionista/CRN-8 9930

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

CARDÁPIO INTEGRAL D - NOVEMBRO 2024

SEM LEITE, OVOS, SOJA, ABACAXI, AMENDOIM, CACAU, CARNE SUÍNA E TOMATE

					SEXTA-FEIRA 01/11
Almoço D					Arroz branco 110g Feijão preto 90g CARNE MOÍDA REFOGADA 100G Farofa de couve 30g SALADA DE BETERRABA 50G Salada de frutas sem abacaxi 150g
LID					BATATA REFOGADA 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 Isclas de frango refogadas 100g Farofa de cenoura 30g Salada de couve flor com limão 30g Salada de frutas sem abacaxi 150g	ARROZ BRANCO 110G Feijão preto 90g PICADINHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 100G Batata doce assada 50g Salada de beterraba 50g Maçã 100g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Bife grelhado 100g Abobrinha refoogada 35g SALADA DE ALFACE 15G Melancia 150g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g CARNE MOÍDA REFOGADA 100G BATATA REFOGADA 50G Salada de cenoura com limão 25g Cenoura AF (orgânica) Banana 120g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g PEITO DE FRANGO GRElhADO 100G CHUCHU REFOGADO 50G SALADA DE REPOLHO ROXO 40G Melão fatiado 150g
LID	Polenta 100g MOLHO DE CARNE 50G (RESTRIÇÃO) Maçã 100g	Sagu de uva 150g SEM CREME Banana 120g	SUCO POLPA DE MANGA 200ML PÃO FENIL 50G FRANGO E CENOURA PARA PÃO 60G (RESTRIÇÃO)	Arroz 100g ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G (RESTRIÇÃO) Melancia fatiada 150g	Suco polpa de acerola 200ml PÃO FENIL 50G CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO (RESTRIÇÃO) 60G



CARDÁPIO INTEGRAL D - NOVEMBRO 2024

SEM LEITE, OVOS, SOJA, ABACAXI, AMENDOIM, CACAU, CARNE SUÍNA E TOMATE

	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 (RESTRIÇÃO) 100G 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 Batata refogada 50g SALADA DE ALFACE 15G Banana 120g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Bife acebolado 100g Beterraba cozida 70g Salada de pepino com limão 40g Pepino AF (orgânico) Melancia 150g	FERIADO
LID	Suco polpa de goiaba 200ml PÃO FENIL 50G DOCE DE BANANA NATURAL 20G	Sagu de uva 150g SEM CREME Maçã 100g	Suco polpa de tangerina 200ml PÃO FENIL 50G CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO (RESTRIÇÃO) 60G Melão fatiado 150g	BATATA REFOGADA 100G MOLHO DE CARNE 50G (RESTRIÇÃO) Banana 120g	FERIADO
	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 Isclas de frango refogadas 100g Batata com molho 70g Salada de brócolis 30g Sagu 100g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g BIFE GRELHADO 100G CENOURA REFOGADA 30G Salada de acelga 30g Banana 120g	FERIADO	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g BARREADO 110G (RESTRIÇÃO) Farofa de repolho 30g SALADA DE BETERRABA 50G Melão 150g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g CARNE MOÍDA REFOGADA 100G BATATA REFOGADA 50G Salada de alface com cenoura 30g Salada de frutas sem abacaxi 150g
LID	Arroz 100g Isclas de carne com abóbora 60g Maçã 100g	Suco polpa de limão 200ml BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G Melancia fatiada 150g	FERIADO	SUCO POLPA DE MANGA 200ML PÃO FENIL 50G FRANGO E CENOURA PARA PÃO 60G (RESTRIÇÃO)	Batata Refogada 100g Isclas de frango refogadas 50g Pêssego 80g



CARDÁPIO INTEGRAL D - NOVEMBRO 2024

SEM LEITE, OVOS, SOJA, ABACAXI, AMENDOIM, CACAU, CARNE SUÍNA E TOMATE

	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 CARNE MOÍDA REFOGADA 100G Batata doce assada 50g Salada de beterraba 50g Pêssego 80g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G Batata, cenoura e chuchu refogados 40g Salada de repolho verde com repolho roxo 40g BANANA 120G	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Iscas de frango refogadas 100g CHUCHU REFOGADO 50G Salada de cenoura com limão 25g Salada de frutas sem abacaxi 150g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g PICADINHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 100G Farinha de mandioca torrada 35g SALADA DE PEPINO 40G 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 maracujá 200ml PÃO FENIL 50G DOCE DE BANANA NATURAL 20G	RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA (RESTRIÇÃO) 150G Melancia fatiada 150g	Suco polpa de uva 200ml PÃO FENIL 50G CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO (RESTRIÇÃO) 60G	BATATA REFOGADA 100G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS (RESTRIÇÃO) 60G Maçã AF (orgânica)	SUCO POLPA DE MANGA 200ML BISCOITO DOCE FENIL 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 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.