



Jaqueline Martins dos Santos Starnato
Gerência de Alimentação
Matrícula 191822
Nutricionista/CRN-8 6266

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 INTEGRAL 1 - NOVEMBRO 2024

**SELETIVIDADE ALIMENTAR VEGETARIANA
COM SUPLEMENTO ALIMENTAR**

OBSERVAÇÕES:

1. ENVIAR TODAS AS PREPARAÇÕES SEPARADAS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES.
2. ALIMENTOS E PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO GERAL PODEM SER OFERTADOS SE HOUVER

| | | | | | SEXTA-FEIRA 01/11 |
|-----------|---|---|---|---|--|
| CM1 | | | | | Suco polpa de goiaba 200ml Pão de leite 50g Queijo 20g |
| Almoço A1 | | | | | Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90g CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 100G Couve-flor cozida 50g Salada de cenoura 25g Banana 120g |
| LI1 | | | | | Batata Refogada 100g BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 70G Laranja 100g |
| | SEGUNDA-FEIRA 04/11 | TERÇA-FEIRA 05/11 | QUARTA-FEIRA 06/11 | QUINTA-FEIRA 07/11 | SEXTA-FEIRA 08/11 |
| CM1 | LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML + SUPLEMENTO ALIMENTAR PÃO FRANCÊS 50g Manteiga 10g MAÇÃ 100G | VITAMINA DE MARACUJÁ 180ML + SUPLEMENTO ALIMENTAR BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50g BANANA 120G | Suco polpa de maçã 200ml PÃO DE LEITE FATIADO 50g Queijo 20g MAÇÃ 100G | logurte de morango 180ml BISCOITO CREAM CREAMER 50g Maçã 100g | Suco polpa de acerola 200ml PÃO DE LEITE 50g Requeijão cremoso 22g Banana 120g |
| Almoço A1 | Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 90G Macarrão parafuso alho e óleo 80g Salada de cenoura com limão 25g Banana 120g | ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90g CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 100G Chuchu refogado 50g Salada de repolho roxo 40g LARANJA 100G | Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 90G Batata doce assada 50g Salada de beterraba 50g Laranja 100g | Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90g HAMBURGUER DE SOJA ASSADO 40G Abobrinha refogada 35g SALADA DE TOMATE 60G BANANA 120G | Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 100G MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G Salada de couve flor com limão 30g MAÇÃ 100G |
| LI1 | SUCO POLPA DE UVA 200ML PÃO FRANCÊS 50G CARNE MOÍDA DE SOJA PARA PÃO 60G LARANJA 100G | Suco polpa de manga 200ml Pão de hambúrguer 50g HAMBURGUER DE SOJA ASSADO 40G/QUEIJO 20G Tomate (rodela) 15g MAÇÃ 100G | VITAMINA DE POLPA DE MORANGO 180ML BISCOITO DE MAISENA 50G Banana 120g | Suco polpa de abacaxi 200ml Pão de leite 50g CARNE MOÍDA DE SOJA PARA PÃO 60G LARANJA 100G | BATATA REFOGADA 100G BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 70G Laranja 100g |



Jaqueline Martins dos Santos Stummato
Gerência de Alimentação
Matrícula 191822
Nutricionista/CRN-8 6266

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 INTEGRAL 1 - NOVEMBRO 2024

**SELETIVIDADE ALIMENTAR VEGETARIANA
COM SUPLEMENTO ALIMENTAR**

OBSERVAÇÕES:

1. ENVIAR TODAS AS PREPARAÇÕES SEPARADAS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES.
2. ALIMENTOS E PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO GERAL PODEM SER OFERTADOS SE HOUVER

| | SEGUNDA-FEIRA 11/11 | TERÇA-FEIRA 12/11 | QUARTA-FEIRA 13/11 | QUINTA-FEIRA 14/11 | SEXTA-FEIRA 15/11 |
|-----------|--|---|---|--|--|
| CM1 | CHÁ DE CAMOMILA 190ML Pão de leite 50g Manteiga 10g MAÇÃ 100G | LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML + SUPLEMENTO ALIMENTAR BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G BANANA 120G | Suco polpa de manga 200ml PÃO DE LEITE 50g Queijo 20g LARANJA 100G | LEITE 190ML + SUPLEMENTO ALIMENTAR Flocos de milho sem açúcar 50g Maçã 100g | FERIADO |
| Almoço A1 | Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90g HAMBURGUER DE SOJA ASSADO 40G Beterraba cozida 70g Salada de pepino com limão 40g LARANJA 100G | Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 90G Batata refogada 50g SALADA DE TOMATE 60G Laranja 100g | ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90g CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 100G MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G SALADA DE REPOLHO 40G BANANA 120G | Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g HAMBURGUER DE SOJA ASSADO 40G Abóbora refogada 58g Salada de alface 15g AF (orgânica) BANANA 120G | FERIADO |
| LI1 | Macarrão parafuso 100g BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 70G Banana 120g | Suco polpa de tangerina 200ml PÃO DE LEITE 50g CARNE MOÍDA DE SOJA PARA PÃO 60G MAÇÃ 100G | LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G Maçã 100g | Suco polpa de goiaba 200ml PÃO DE LEITE FATIADO 50G REQUEIJÃO CREMOSO 22G LARANJA 100G | FERIADO |
| | SEGUNDA-FEIRA 18/11 | TERÇA-FEIRA 19/11 | QUARTA-FEIRA 20/11 | QUINTA-FEIRA 21/11 | SEXTA-FEIRA 22/11 |
| CM1 | Suco polpa de morango 200ml PÃO DE LEITE FATIADO 50g Queijo 20g BANANA 120G | LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML + SUPLEMENTO ALIMENTAR Biscoito cream cracker 50g Banana 120g | FERIADO | LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML + SUPLEMENTO ALIMENTAR PÃO DE LEITE 50g Manteiga 10g MAÇÃ 100G | Suco polpa de laranja 200ml Pão de leite 50g Requeijão cremoso 22g BANANA 120G |
| Almoço A1 | Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 90G Macarrão parafuso alho e óleo 80g SALADA DE ALFACE 15G Laranja 100g | Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90g CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 100G Farinha de mandioca torrada 35g Salada de tomate 60g MAÇÃ 100G | FERIADO | Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 100G CENOURA REFOGADA 30G Salada de acelga 30g LARANJA 100G | Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90g BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 70G BATATA REFOGADA 50G Salada de brócolis 30g MAÇÃ 100G |
| LI1 | Batata Refogada 100g CARNE MOÍDA DE SOJA PARA PÃO 60G Maçã 100g | Suco polpa de maçã 200ml PÃO FRANCÊS 50G BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 70G LARANJA 100G | FERIADO | SUCO POLPA DE LARANJA 200ML Bolo de chocolate sem cobertura 50g (leite AF) BANANA 120G | SUCO POLPA DE UVA 200ML PÃO FRANCÊS 50G CARNE MOÍDA DE SOJA PARA PÃO 60G LARANJA 100G |



Jaqueline Martins dos Santos Stummato
Gerência de Alimentação
Matrícula 191822
Nutricionista/CRN-8 6266

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 INTEGRAL 1 - NOVEMBRO 2024

**SELETIVIDADE ALIMENTAR VEGETARIANA
COM SUPLEMENTO ALIMENTAR**

OBSERVAÇÕES:

1. ENVIAR TODAS AS PREPARAÇÕES SEPARADAS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES.
2. ALIMENTOS E PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO GERAL PODEM SER OFERTADOS SE HOUVER

| | SEGUNDA-FEIRA 25/11 | TERÇA-FEIRA 26/11 | QUARTA-FEIRA 27/11 | QUINTA-FEIRA 28/11 | SEXTA-FEIRA 29/11 |
|-----------|---|--|---|--|--|
| CM1 | LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML + SUPLEMENTO ALIMENTAR PÃO DE LEITE 50g Margarina 10g BANANA 120G | VITAMINA DE MANGA 180ML + SUPLEMENTO ALIMENTAR Biscoito de polvilho doce 50g Banana 120g | Suco polpa de acerola 200ml Pão de leite 50g Queijo 20g MAÇÃ 100G | Suco polpa de uva 200ml BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G LARANJA 100G | LEITE 190ML + SUPLEMENTO ALIMENTAR PÃO FRANCÊS 50g Requeijão cremoso 22g BANANA 120G |
| Almoço A1 | Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90g CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 100G Farinha de mandioca torrada 35g SALADA DE PEPINO 40G Maçã 100g | Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 90G MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G Salada de cenoura com limão 25g LARANJA 100G | Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90g HAMBURGUER DE SOJA ASSADO 40G Couve-flor cozida 50g Salada de tomate 60g Laranja 100g | Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 100G BATATA REFOGADA 50G SALADA DE REPOLHO 40G BANANA 120G | AROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90g BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 90G Aipim sauté 85g AF (orgânico) Salada de beterraba 50g MAÇÃ 100G |
| LI1 | MACARRÃO PARAFUSO 100G BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 70G Laranja 100g | Suco polpa de tangerina 200ml PÃO DE LEITE 50g CACHORRO QUENTE- MOLHO 20ML E SALSICHA DE SOJA 45G MAÇÃ 100G | ARROZ 100G CARNE MOÍDA DE SOJA PARA PÃO 60G BANANA 120G | IOGURTE DE MORANGO 180ML Flocos de milho sem açúcar 50g Maçã AF (orgânica) | Suco polpa de maracujá 200ml PÃO DE LEITE 50g CARNE MOÍDA DE SOJA PARA PÃO 60G LARANJA 100G |

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.