



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

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

Juliana R. de Guedes
Gerência de Alimentação
Matrícula 184452
Nutricionista/CRN-8 6775

CARDÁPIO INTEGRAL 1 - NOVEMBRO 2024

SELETIVIDADE ALIMENTAR VEGETARIANA

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 PO 190ML PÃO FRANCÊS 50g Manteiga 10g MAÇÃ 100G	Vitamina de maracujá 180ml 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
Gerência de Alimentação
Matrícula 191822
Nutricionista/CRN-8 6266

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

Juliana R. de Guedes
Gerência de Alimentação
Matrícula 184452
Nutricionista/CRN-8 6775

CARDÁPIO INTEGRAL 1 - NOVEMBRO 2024

SELETIVIDADE ALIMENTAR VEGETARIANA

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 (Leite AF) BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G BANANA 120G	Suco polpa de manga 200ml PÃO DE LEITE 50g Queijo 20g LARANJA 100G	Leite 190ml AF 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 (Leite AF) Biscoito cream cracker 50g Banana 120g	FERIADO	Leite com chocolate em pó 190ml (Leite AF) 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

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 (Leite AF) PÃO DE LEITE 50g Margarina 10g BANANA 120G	Vitamina de manga 180ml (leite AF) 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	CHÁ DE CAMOMILA 190ML 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	ARROZ 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.