



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

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

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

CARDÁPIO INTEGRAL 2- NOVEMBRO 2024

DIETA GLICOGENOSE

					SEXTA-FEIRA 01/11
CM2					CHÁ MATE 190ML (SEM ADOÇAR) BOLO DE ABÓBORA E COCO DIET, SEM GLÚTEN E LEITE 50G
Almoço A2					Arroz branco 110g Feijão preto 90g ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100g (RESTRICÇÃO) Farofa de couve 30g SALADA DE BETERRA 50G
LI2					MACARRÃO PARAFUSO 100G ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G (RESTRICÇÃO)
SEGUNDA-FEIRA 04/11		TERÇA-FEIRA 05/11	QUARTA-FEIRA 06/11	QUINTA-FEIRA 07/11	SEXTA-FEIRA 08/11
CM2	CHÁ DE CAMOMILA 190ML (SEM ADOÇAR) PÃO INTEGRAL SEM LEITE 50G REQUEIJÃO DE SOJA 22G	SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML PÃO FATIADO SEM LEITE 50G REQUEIJÃO DE SOJA 22G	LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML (SEM ADOÇAR) BISCOITO COOKIES INTEGRAIS SEM GLÚTEN E LEITE 50G	CAFÉ COM LEITE DE SOJA 190ML (SEM ADOÇAR) PÃO FATIADO SEM LEITE 50G MARGARINA SEM LEITE 10G	VITAMINA DE MARACUJÁ COM LEITE DE SOJA 180ML (SEM ADOÇAR) BOLO DE AIPIM DIET, SEM GLÚTEN E LEITE 50G
Almoço A2	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Frango assado 100g Farofa de cenoura 30g Salada de couve flor com limão 30g	Arroz integral com brócolis 100g Feijão preto 90g ISCAS D ECARNE REFOGADAS 100G Batata doce assada 50g Salada de beterraba 50g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Bife grelhado 100g Abobrinha refogada 35g SALADA DE ALFACE 15G	Arroz branco 110g Feijão preto 90g ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS 100G (RESTRICÇÃO) Macarrão parafuso alho e óleo 80g Salada de cenoura com limão 25g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G CHUCHU REFOGADO 50G SALADA DE REPOLHO 40G
LI2	Polenta 100g ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G (RESTRICÇÃO)	LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML (SEM ADOÇAR) FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50g	SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G FRANGO E CENOURA PARA PÃO 60G (RESTRICÇÃO)	Arroz 100g ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G (RESTRICÇÃO)	SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G



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

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

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

CARDÁPIO INTEGRAL 2- NOVEMBRO 2024

DIETA GLICOGENOSE

	SEGUNDA-FEIRA 11/11	TERÇA-FEIRA 12/11	QUARTA-FEIRA 13/11	QUINTA-FEIRA 14/11	SEXTA-FEIRA 15/11
CM2	LEITE DE SOJA 190ML FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G	SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G REQUEIJÃO DE SOJA 22G	LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML (SEM ADOÇAR) BISCOITO SALGADO SEM TRAÇOS DE LEITE 50G	CHÁ MATE 190ML (SEM ADOÇAR) PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G MARGARINA SEM LEITE 10G	FERIADO
Almoço A12	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Peito de frango grelhado 100g Abóbora refogada 58g Salada de alface 15g	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	Arroz integral 100g Feijão preto 90g ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 100G Batata refogada 50g SALADA DE AGRIÃO 15G	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g BIFE GRELHADO 100G Beterraba cozida 70g Salada de pepino com limão 40g	FERIADO
LI2	Suco polpa de goiaba 200ml SANDUÍCHE NATURAL SEM LEITE E TOMATE 100G	LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML (SEM ADOÇAR) BOLO DE BAUNILHA DIET SEM LEITE 50G	SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G CARNE MOÍDA COM CENOURA 60G (RESTRIÇÃO)	Macarrão parafuso 100g MOLHO DE CARNE E ABOBRINHA 50G (RESTRIÇÃO)	FERIADO
	SEGUNDA-FEIRA 18/11	TERÇA-FEIRA 19/11	QUARTA-FEIRA 20/11	QUINTA-FEIRA 21/11	SEXTA-FEIRA 22/11
CM2	SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G REQUEIJÃO DE SOJA 22G	CHÁ MATE 190ML (SEM ADOÇAR) PÃO FATIADO SEM LEITE 50G REQUEIJÃO DE SOJA 22G	FERIADO	CAFÉ COM LEITE DE SOJA 190ML (SEM ADOÇAR) BISCOITO SALGADO SEM TRAÇOS DE LEITE 50G	LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML (SEM ADOÇAR) PÃO FATIADO SEM LEITE 50G MARGARINA SEM LEITE 10G
Almoço A2	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Isclas de frango refogadas 100g BATATA REFOGADA 50G Salada de brócolis 30g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g BIFE GRELHADO 100G CENOURA REFOGADA 30G Salada de acelga 30g	FERIADO	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g BARREADO 110G (DIETA) Farofa de repolho 30g SALADA DE BETERRABA 50G	Arroz branco 110g Feijão preto 90g ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100g (RESTRIÇÃO) Macarrão parafuso alho e óleo 80g Salada de alface com cenoura 30g
LI2	Arroz 100g Isclas de carne com abóbora 60g	SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML BOLO DE CENOURA SEM COBERTURA DIET SEM LEITE 50G	FERIADO	SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G FRANGO E CENOURA PARA PÃO 60G (RESTRIÇÃO)	Batata Refogada 100g ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G (RESTRIÇÃO)



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

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 2- NOVEMBRO 2024

DIETA GLICOGENOSE

	SEGUNDA-FEIRA 25/11	TERÇA-FEIRA 26/11	QUARTA-FEIRA 27/11	QUINTA-FEIRA 28/11	SEXTA-FEIRA 29/11
CM2	LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML (SEM ADOÇAR) BOLO INGLÊS DIET, SEM GLÚTEN E LEITE 50G	CHÁ MATE 190ML (SEM ADOÇAR) PÃO FATIADO SEM LEITE 50G REQUEIJÃO DE SOJA 22G	VITAMINA DE MARACUJÁ COM LEITE DE SOJA 180ML (SEM ADOÇAR) BISCOITO SALGADO SEM TRAÇOS DE LEITE 50G	CAFÉ COM LEITE DE SOJA 190ML (SEM ADOÇAR) PÃO INTEGRAL SEM LEITE 50G MARGARINA SEM LEITE 10G	SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G REQUEIJÃO DE SOJA 22G
Almoço A2	Arroz branco 110g Feijão preto 90g CARNE MOÍDA REFOGADA 100G Batata doce assada 50g Salada de beterraba 50g	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	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Frango assado 100g CHUCHU REFOGADO 50G Salada de cenoura com limão 25g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g PICADINHO DE CARNE 100G (RESTRIÇÃO) Farinha de mandioca torrada 35g SALADA DE PEPINO 40G	Arroz integral 100g Feijão preto 90g Bife grelhado 100g Couve-flor cozida 50g Salada de alface 15g AF (orgânica)
LI2	SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G (RESTRIÇÃO)	CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML (SEM ADOÇAR) PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G	MACARRÃO PARAFUSO 100G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS COM BRÓCOLIS 60G (RESTRIÇÃO)	LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML (SEM ADOÇAR) FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50g

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.