



CURITIBA

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

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

Júliana Rodrigues Dias Guédes  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 184452  
Nutricionista/CRN-8 6775

## CARDÁPIO INTEGRAL 2- NOVEMBRO 2024

## RESTRITA EM VITAMINA K

					SEXTA-FEIRA 01/11
CM2					<b>LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</b> Bolo de abóbora e coco 50g <b>MANGA PICADA 100G</b>
Almoço A2					Arroz branco 110g Feijão preto 90g Almôndegas de carne ao sugo 100g <b>FAROFA DE CENOURA 30G</b> Salada de tomate 60g Banana 120g
LI2					Macarrão parafuso ao sugo 100g Iscas de frango e cenoura 60g Maçã 100g
	SEGUNDA-FEIRA 04/11	TERÇA-FEIRA 05/11	QUARTA-FEIRA 06/11	QUINTA-FEIRA 07/11	SEXTA-FEIRA 08/11
CM2	Suco polpa de manga 200ml Pão de centeio 50g Requeijão cremoso 22g Banana 120g	Suco polpa de maçã 200ml Pão integral fatiado 50g Queijo 20g <b>MANGA PICADA 100G</b>	logurte de morango 180ml Biscoito cookies integral 50g Maçã 100g	Café com leite 190ml Pão de abóbora 50g Manteiga 10g	Vitamina de maracujá 180ml Bolo de cenoura sem cobertura 50g
Almoço A2	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>FRANGO ASSADO SEM PELE 100G</b> Farofa de cenoura 30g <b>SALADA DE PEPINO COM LIMÃO 40G ( SEM CASCA)</b> Salada de frutas 100g	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> Feijão preto 90g Iscas de carne ao sugo 100g Batata doce assada 50g Salada de beterraba 50g Laranja 100g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Bife grelhado 100g Abobrinha refogada 35g <b>SALADA DE TOMATE 60G</b> Melancia 150g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Almondegas de carne assadas ao sugo 100g Macarrão parafuso alho e óleo 80g Salada de cenoura com limão 25g Banana 120g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G</b> Creme de milho 50g <b>SALADA DE REPOLHO ROXO 40G</b> Abacaxi 100g
LI2	Polenta 100g Iscas de carne ao sugo 50g Laranja 100g	Canjica 200g Banana 120g	Suco polpa de abacaxi 200ml Pão de leite 50g Frango e cenoura para pão 60g	Arroz 100g Iscas de carne e tomate 60g Melancia fatiada 150g	Suco polpa de acerola 200ml Pão de hambúrguer 50g <b>CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 50G</b>



RESTRITA EM VITAMINA K

	SEGUNDA-FEIRA 11/11	TERÇA-FEIRA 12/11	QUARTA-FEIRA 13/11	QUINTA-FEIRA 14/11	SEXTA-FEIRA 15/11
CM2	Leite 190ml AF Flocos de milho sem açúcar 50g Banana 120g	Suco polpa de manga 200ml Pão de aveia 50g Queijo 20g	Leite com chocolate em pó 190ml (Leite AF) Chineque de goiabada 60g	<b>LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</b> Pão de leite 50g Manteiga 10g Maçã 100g	FERIADO
Almoço A12	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Peito de frango grelhado 100g Abóbora refogada 58g <b>SALADA DE ABOBRINHA 30G</b> Salada de frutas 100g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Posta assada ao molho 100g Farinha de mandioca torrada 35g <b>SALADA DE REPOLHO ROXO 40G</b> Abacaxi 100g	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> Feijão preto 90g Fricassê de frango 110g Batata refogada 50g <b>SALADA DE TOMATE 60G</b> Laranja 100g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Bife acebolado 100g Beterraba cozida 70g <b>SALADA DE PEPINO COM LIMÃO 40G ( SEM CASCA)</b> Melancia 150g	FERIADO
LI2	Suco polpa de goiaba 200ml Sanduiche natural 100g	Sagu de uva 150g Creme de leite 20g (Leite AF) Maçã 100g	Suco polpa de tangerina 200ml Pão de milho 50g Carne moída com cenoura 60g Melão fatiado 150g	Macarrão parafuso 100g Bolinho de carne ao molho 70g Banana 120g	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 morango 200ml Pão de leite 50g Requeijão cremoso 22g	Suco polpa de maçã 200ml Pão integral fatiado 50g Queijo 20g	FERIADO	Café com leite 190ml (Leite AF) Biscoito cream cracker 50g Banana 120g	Leite com chocolate em pó 190ml (Leite AF) Pão de abóbora 50g Manteiga 10g
Almoço A2	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Iscas de frango refogadas 100g Batata com molho 70g <b>SALADA DE PEPINO COM LIMÃO 40G ( SEM CASCA)</b> Sagu 100g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g <b>BIFE GRELHADO 100G</b> Purê de cenoura 100g <b>SALADA DE REPOLHO ROXO 40G</b> Laranja 100g	FERIADO	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Barreado 110g <b>FAROFA DE CENOURA 30G</b> Salada de tomate 60g Abacaxi 100g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Almôndega de frango assada ao sugo 100g Macarrão parafuso alho e óleo 80g <b>SALADA DE CENOURA COM LIMÃO 25G</b> Salada de frutas 100g
LI2	Arroz 100g Iscas de carne com abóbora 60g Maçã 100g	Suco polpa de limão 200ml Bolo de chocolate sem cobertura 50g (leite AF) Melancia fatiada 150g	FERIADO	Suco polpa de abacaxi 200ml Pão de batata 50g Frango e cenoura para pão 30g	Batata Refogada 100g Iscas de frango refogadas 50g Pêssego 80g



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

Júliana Rodrigues Dias Guédes  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 184452  
Nutricionista/CRN-8 6775

## CARDÁPIO INTEGRAL 2- NOVEMBRO 2024

### RESTRITA EM VITAMINA K

	SEGUNDA-FEIRA 25/11	TERÇA-FEIRA 26/11	QUARTA-FEIRA 27/11	QUINTA-FEIRA 28/11	SEXTA-FEIRA 29/11
CM2	Suco polpa de uva 200ml Bolo de abacaxi com canela 50g (leite AF)	<b>LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</b> Pão de abóbora 50g Requeijão cremoso 22g <b>MANGA PICADA 100G</b>	Vitamina de manga 180ml (leite AF) Biscoito de polvilho doce 50g Maçã 100g	Café com leite 190ml (Leite AF) Pão de centeio 50g <b>MANTEIGA 10g</b>	Suco polpa de acerola 200ml Pão de leite 50g Queijo 20g
Almoço A2	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Quibe assado com molho 100g Batata doce assada 50g Salada de beterraba 50g Pêssego 80g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G</b> Batata, cenoura e chuchu refogados 40g <b>SALADA DE REPOLHO ROXO 40G</b> Canjica 150g (leite AF)	Arroz branco 110g Feijão preto 90g <b>FRANGO ASSADO SEM PELE 100G</b> Creme de milho 50g Salada de cenoura com limão 25g Salada de fruta 100g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Picadinho de carne 100g Farinha de mandioca torrada 35g Salada de pepino com tomate 45g Pepino AF (orgânico) Abacaxi 100g	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> Feijão preto 90g Bife grelhado 100g <b>POLENTA CREMOSA 90G</b> <b>SALADA DE BETERRABA 50G</b> Maçã AF (orgânica)
LI2	Suco polpa de maracujá 200ml Pão de milho 50g Frango para pão com tomate 60g	Risoto de carne e abobrinha 150g Melancia fatiada 150g	Suco polpa de uva 200ml Pão de leite 50g <b>PATÊ DE FRANGO 30G</b>	Macarrão parafuso ao sugo 100g <b>MOLHO DE FRANGO E ABOBRINHA 50G</b> Ameixa AF	logurte de pêssego 180ml Flocos de milho sem açúcar 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.