



Jaqueline Martins dos Santos Silvestro  
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  
SEM LEITE, OVOS E ALIMENTOS ÁCIDOS**

					SEXTA-FEIRA 01/11
CM2					<b>CHÁ DE CAMOMILA 190ML</b> <b>BOLO DE ABÓBORA E COCO SEM LEITE 50G</b>  Mamão fatiado 85g Arroz branco 110g Feijão preto 90g <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 100G</b> Farofa de couve 30g <b>SALADA DE PEPINO 40G</b> Banana 120g
Almoço A2					<b>MACARRÃO PARAFUSO SEM OVOS 100G</b> <b>ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G (RESTRIÇÃO)</b> Maçã 100g
LI2					
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 <b>PÃO INTEGRAL SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>REQUEIJÃO DE SOJA 22G</b> Banana 120g	Suco polpa de maçã 200ml <b>PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>REQUEIJÃO DE SOJA 22G</b> Mamão fatiado 85g	<b>IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML</b> <b>BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G</b> Maçã 100g	<b>CAFÉ COM LEITE DE SOJA 190ML</b> <b>PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>MARGARINA SEM LEITE 10G</b>	<b>VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML</b> <b>BOLO DE CENOURA SEM COBERTURA, SEM LEITE E SEM OVO 50G</b>
Almoço A2	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Frango assado 100g Farofa de cenoura 30g <b>SALADA DE COUVE FLOR 30G</b> <b>SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</b>	Arroz integral com brócolis 100g Feijão preto 90g <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 100G</b> Batata doce assada 50g Salada de beterraba 50g <b>MANGA PICADA 100G</b>	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Bife grelhado 100g Abobrinha refoogada 35g <b>SALADA DE ALFACE 15G</b> Melancia 150g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g <b>CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE SEM TOMATE 100G</b> <b>MACARRÃO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 80G</b> <b>SALADA DE CENOURA 25G</b> Banana 120g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G</b> <b>CHUCHU REFOGADO 50G</b> <b>SALADA DE REPOLHO 40G</b> <b>MELÃO 150G</b>
LI2	Polenta 100g <b>MOLHO DE CARNE 50G (RESTRIÇÃO)</b>  <b>MELÃO FATIADO 150G</b>	<b>CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G</b>  Banana 120g	<b>SUCO POLPA DE UVA 200ML</b> <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>FRANGO E CENOURA PARA PÃO 60G (RESTRIÇÃO)</b>	Arroz 100g <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G (RESTRIÇÃO)</b>  Melancia fatiada 150g	Suco polpa de acerola 200ml <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G</b>



Jaqueline Martins dos Santos Salgado  
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  
SEM LEITE, OVOS E ALIMENTOS ÁCIDOS**

	SEGUNDA-FEIRA 11/11	TERÇA-FEIRA 12/11	QUARTA-FEIRA 13/11	QUINTA-FEIRA 14/11	SEXTA-FEIRA 15/11
CM2	<b>LEITE DE SOJA 190ML</b> <b>FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</b> Banana 120g	Suco polpa de manga 200ml <b>PÃO INTEGRAL SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>REQUEIJÃO DE SOJA 22G</b>	<b>LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</b> <b>CHINEQUE DE GOIABADA SEM LEITE E OVOS 60G</b>	<b>CHÁ DE CAMOMILA 190ML</b> <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>MARGARINA SEM LEITE 10G</b> Maçã 100g	FERIADO
Almoço A12	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Peito de frango grelhado 100g Abóbora refogada 58g Salada de alface 15g <b>SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</b>	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>POSTA ASSADA AO MOLHO 100G (RESTRIÇÃO)</b> Farinha de mandioca torrada 35g Salada de repolho verde com repolho roxo 40g <b>MELANCIA 150G</b>	Arroz integral 100g Feijão preto 90g <b>ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110G</b> Batata refogada 50g <b>SALADA DE AGRIÃO 15G</b> <b>MANGA PICADA 100G</b>	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>BIFE GRELHADO 100G</b> Beterraba cozida 70g <b>SALADA DE PEPINO 40G</b> Melancia 150g	FERIADO
LI2	Suco polpa de goiaba 200ml <b>SANDUÍCHE NATURAL SEM LEITE E OVOS 100G</b>	Sagu de uva 150g <b>CREME DE LEITE DE SOJA 20G</b> Maçã 100g	Suco polpa de UVA 200ml <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G</b> Melão fatiado 150g	<b>MACARRÃO PARAFUSO SEM OVOS 100G</b> <b>MOLHO DE CARNE 50G (RESTRIÇÃO)</b> Banana 120g	FERIADO
	SEGUNDA-FEIRA 18/11	TERÇA-FEIRA 19/11	QUARTA-FEIRA 20/11	QUINTA-FEIRA 21/11	SEXTA-FEIRA 22/11
CM2	<b>SUCO POLPA DE UVA 200ML</b> <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>REQUEIJÃO DE SOJA 22G</b>	Suco polpa de maçã 200ml <b>PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>REQUEIJÃO DE SOJA 22G</b>	FERIADO	<b>LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</b> <b>BISCOITO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</b> Banana 120g	<b>LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</b> <b>PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>MARGARINA SEM LEITE 10G</b>
Almoço A2	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Isclas de frango refogadas 100g <b>Batata REFOGADA 50G</b> Salada de brócolis 30g Sagu 100g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g <b>BIFE GRELHADO 100G</b> <b>CENOURA REFOGADA 30G</b> Salada de acelga 30g <b>MANGA PICADA 100G</b>	FERIADO	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>BARREADO 110G (RESTRIÇÃO)</b> Farofa de repolho 30g <b>SALADA DE BETERRABA 50G</b> <b>MELANCIA 150G</b>	Arroz branco 110g Feijão preto 90g <b>MOLHO DE FRANGO 110G (RESTRIÇÃO)</b> <b>MACARRÃO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 80G</b> Salada de alface com cenoura 30g <b>SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</b>
LI2	Arroz 100g Isclas de carne com abóbora 60g Maçã 100g	<b>SUCO POLPA DE MANGA 200ML</b> <b>BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA, LEITE E OVOS 50G</b> Melancia fatiada 150g	FERIADO	<b>SUCO POLPA DE UVA 200ML</b> <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>FRANGO E CENOURA PARA PÃO 60G (RESTRIÇÃO)</b>	Batata Refogada 100g <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G (RESTRIÇÃO)</b> Pêssego 80g



Jaqueline Martins dos Santos Salimato  
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  
SEM LEITE, OVOS E ALIMENTOS ÁCIDOS**

	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 <b>BOLO DE COCO SEM LEITE E OVOS 50G</b>	<b>CHÁ DE CAMOMILA 190ML</b> <b>PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>REQUEIJÃO DE SOJA 22G</b> Mamão fatiado 85g	<b>VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML</b> <b>BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G</b> Maçã 100g	<b>LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</b> <b>PÃO INTEGRAL SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>MARGARINA SEM LEITE 10G</b>	Suco polpa de GOIABA 200ml <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>REQUEIJÃO DE SOJA 22G</b>
Almoço A2	Arroz branco 110g Feijão preto 90g <b>CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE SEM TOMATE 100G</b> 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 Salada de repolho verde com repolho roxo 40g <b>CANJICA COM LEITE DE SOJA 150G</b>	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Frango assado 100g <b>CHUCHU REFOGADO 50G</b> <b>SALADA DE CENOURA 25G</b> <b>SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</b>	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>PICADINHO DE CARNE 100G (RESTRIÇÃO)</b> Farinha de mandioca torrada 35g <b>SALADA DE PEPINO 40G</b> <b>MELÃO 150G</b>	Arroz integral 100g Feijão preto 90g Bife grelhado 100g Couve-flor cozida 50g Salada de alface 15g AF (orgânica) Maçã AF (orgânica)
LI2	<b>SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML</b> <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</b>	<b>RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G (RESTRIÇÃO)</b> Melancia fatiada 150g	Suco polpa de uva 200ml <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G</b> <b>CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G</b>	<b>MACARRÃO PARAFUSO SEM OVOS 100G</b> <b>MOLHO DE FRANGO COM BRÓCOLIS 50G (RESTRIÇÃO)</b> Ameixa AF	<b>IOGURTE DE SOJA SABOR COCO 180ML</b> <b>FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</b> 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-logistica/gerencia-de-alimentacao/cardapios/cardapios-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.