



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

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

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

CARDÁPIO INTEGRAL 3 - NOVEMBRO 2024

SELETIVIDADE ALIMENTAR COM PÃO FRANCÊS

OBSERVAÇÕES:

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

					SEXTA-FEIRA 01/11
CM3					Suco polpa de uva 200ml PÃO FRANCÊS 50g Patê de frango 30g MAÇÃ 100G
Almoço A3					Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90g Frango assado 110g CENOURA REFOGADA 30G SALADA DE BRÓCOLIS 30G Laranja 100g
LI3					Vitamina de manga 180ml Biscoito de polvilho salgado 50g BANANA 120G
	SEGUNDA-FEIRA 04/11	TERÇA-FEIRA 05/11	QUARTA-FEIRA 06/11	QUINTA-FEIRA 07/11	SEXTA-FEIRA 08/11
CM3	Suco polpa de maçã 200ml PÃO FRANCÊS 50g Queijo 20g MAÇÃ 100G	logurte de morango 180ml BISCOITO CREAM CREACKER 50g Maçã 100g	Suco polpa de manga 200ml PÃO FRANCÊS 50g Requeijão cremoso 22g Banana 120g	Vitamina de maracujá 180ml BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50g BANANA 120G	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML PÃO FRANCÊS 50g Manteiga 10g MAÇÃ 100G
Almoço A3	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g ISCAS DE CARNE REFOGADAS 100G Batata doce assada 50g Salada de beterraba 50g Laranja 100g	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90g Bife grelhado 100g Abobrinha refoogada 35g SALADA DE TOMATE 60G LARANJA 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g Frango assado 100g MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G Salada de couve flor com limão 30g MAÇÃ 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90g Peito de frango a milanesa 100g BETERRABA COZIDA 70G SALADA DE REPOLHO 40G LARANJA 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G Macarrão parafuso alho e óleo 80g Salada de cenoura com limão 25g Banana 120g
LI3	VITAMINA DE POLPA DE MORANGO 180ML BISCOITO DE MAISENA 50G Banana 120g	Suco polpa de abacaxi 200ml PÃO FRANCÊS 50g ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G BANANA 120G	BATATA REFOGADA 100G CARNE MÓIDA REFOGADA PARA PÃO 60G Laranja 100g	Suco polpa de acerola 200ml PÃO FRANCÊS 50g Hambúrguer bovino assado 42g Queijo 20g Tomate (rodela) 15g MAÇÃ 100G	SUCO POLPA DE UVA 200ML PÃO FRANCÊS 50g ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G LARANJA 100G



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

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

Juliano Rodrigues Dias Guadés
Gerência de Alimentação
Matrícula 184452
Nutricionista/CRN-8 6775

CARDÁPIO INTEGRAL 3 - NOVEMBRO 2024

SELETIVIDADE ALIMENTAR COM PÃO FRANCÊS

OBSERVAÇÕES:

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

	SEGUNDA-FEIRA 11/11	TERÇA-FEIRA 12/11	QUARTA-FEIRA 13/11	QUINTA-FEIRA 14/11	SEXTA-FEIRA 15/11
CM3	Suco polpa de manga 200ml PÃO FRANCÊS 50g Queijo 20g LARANJA 100G	Leite 190ml AF Flocos de milho sem açúcar 50g Banana 120g	CHÁ DE CAMOMILA 190ML PÃO FRANCÊS 50g Manteiga 10g Maçã 100g	Leite com chocolate em pó 190ml (Leite AF) BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G BANANA 120G	FERIADO
Almoço A3	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90g CARNE MOÍDA REFOGADA 100G MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G SALADA DE REPOLHO 40G BANANA 120G	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g Peito de frango grelhado 100g Abóbora refogada 58g Salada de alface 15g LARANJA 100G	AROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90g BIFE GRELHADO 100G Beterraba cozida 70g Salada de pepino com limão 40g LARANJA 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g PEITO DE FRANGO À MILANESA 100G Batata refogada 50g SALADA DE TOMATE 60G Laranja 100g	FERIADO
LI3	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G Maçã 100g	Suco polpa de goiaba 200ml PÃO FRANCÊS 50g PATÊ DE FRANGO 30G MAÇÃ 100G	Macarrão parafuso 100g BOLINHO DE CARNE ASSADO 70G Banana 120g	Suco polpa de tangerina 200ml PÃO FRANCÊS 50g CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G MAÇÃ 100G	FERIADO
	SEGUNDA-FEIRA 18/11	TERÇA-FEIRA 19/11	QUARTA-FEIRA 20/11	QUINTA-FEIRA 21/11	SEXTA-FEIRA 22/11
CM3	Leite com chocolate em pó 190ml (Leite AF) PÃO FRANCÊS 50g Manteiga 10g BANANA 120G	Suco polpa de morango 200ml PÃO FRANCÊS 50g Requeijão cremoso 22g LARANJA 100G	FERIADO	Suco polpa de maçã 200ml PÃO FRANCÊS 50g Queijo 20g MAÇÃ 100G	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML (Leite AF) Biscoito cream cracker 50g Banana 120g
Almoço A3	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g Bife à milanesa 100g CENOURA REFOGADA 30G Salada de acelga 30g Laranja 100g	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90g ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 100G BATATA REFOGADA 50G Salada de brócolis 30g BANANA 120G	FERIADO	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G Macarrão parafuso alho e óleo 80g SALADA DE ALFACE 15G Laranja 100g	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90g ISCAS DE CARNE REFOGADAS 100G AIPIM COZIDO 85G Salada de tomate 60g LARANJA 100G
LI3	Suco polpa de LARANJA 200ml Bolo de chocolate sem cobertura 50g (leite AF) MAÇÃ 100G	SUCO POLPA DE UVA 200ML PÃO FRANCÊS 50g ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G Maçã 100g	FERIADO	Batata Refogada 100g FRANGO GRELHADO 60G BANANA 120G	Suco polpa de abacaxi 200ml PÃO FRANCÊS 50g ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G MAÇÃ 100G



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

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

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

CARDÁPIO INTEGRAL 3 - NOVEMBRO 2024

SELETIVIDADE ALIMENTAR COM PÃO FRANCÊS

OBSERVAÇÕES:

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

	SEGUNDA-FEIRA 25/11	TERÇA-FEIRA 26/11	QUARTA-FEIRA 27/11	QUINTA-FEIRA 28/11	SEXTA-FEIRA 29/11
CM3	Suco polpa de acerola 200ml PÃO FRANCÊS 50g Queijo 20g BANANA 120G	Suco polpa de uva 200ml BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G (leite AF) LARANJA 100G	CHÁ DE CAMOMILA 190ML PÃO FRANCÊS 50g Requeijão cremoso 22g MAÇÃ 100G	Vitamina de banana 180ml (leite AF) Biscoito de polvilho doce 50g Maçã 100g	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML (Leite AF) PÃO FRANCÊS 50g Margarina 10g BANANA 120G
Almoço A3	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90g Bife grelhado 100g Couve-flor cozida 50g Salada de tomate 60g Laranja 100g	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g QUIBE ASSADO SEM MOLHO 100G Batata doce assada 50g Salada de beterraba 50g MAÇÃ 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90g Peito de frango a milanesa 100g BATATA REFOGADA 50G 40g SALADA DE REPOLHO 40G LARANJA 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90g Frango assado 100g BRÓCOLIS REFOGADO 50G Salada de cenoura com limão 25g BANANA 120G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90g BIFE À MILANESA 100G MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G SALADA DE PEPINO 40G MAÇÃ 100G
LI3	ARROZ 100G CARNE MOÍDA REFOGADA 60G MAÇÃ 100G	Suco polpa de maracujá 200ml PÃO FRANCÊS 50g ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G BANANA 120G	IOGURTE DE MORANGO 180ML Flocos de milho sem açúcar 50g Banana 120g	Suco polpa de uva 200ml PÃO FRANCÊS 50g Cachorro quente- molho 20ml e salsicha 50g LARANJA 100G	MACARRÃO PARAFUSO 100G FRANGO GRELHADO 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/ 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.