



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

*Lucrécia Bakovic*  
 Gerência de Alimentação  
 Matrícula 192195  
 Nutricionista/CRN-8 9980

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

**CARDÁPIO INTEGRAL D - NOVEMBRO 2024**

**SELETIVIDADE ALIMENTAR, DIET SEM LEITE E GLÚTEN**

**OBSERVAÇÕES:**  
 1. ENVIAR TODAS AS PREPARAÇÕES SEPARADAS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES.

					SEXTA-FEIRA 01/11
CMD					<b>CHÁ DE CAMOMILA DIET 190ML</b>  <b>BOLO DE BANANA E CANELA DIET, SEM GLÚTEN E LEITE 50G</b>  <b>BANANA 120G</b>
Almoço D					<b>ARROZ BRANCO 110G</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b> <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 100G</b> <b>BRÓCOLIS REFOGADO 50G</b> <b>SALADA DE TOMATE 60G</b> <b>MAÇÃ 100G</b>
SEGUNDA-FEIRA 04/11		TERÇA-FEIRA 05/11	QUARTA-FEIRA 06/11	QUINTA-FEIRA 07/11	SEXTA-FEIRA 08/11
CMD	<b>SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML</b>  <b>PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</b>  <b>REQUEIJÃO DE SOJA 22G</b> <b>MAÇÃ 100G</b>	<b>SUCO POLPA DE MAÇÃ DIET 200ML</b>  <b>PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</b>  <b>MARGARINA SEM LEITE 10G</b> <b>BANANA 120G</b>	<b>IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO DIET 180G</b>  <b>BISCOITO SALGADO SEM GLÚTEN E LEITE 50G</b>  <b>MAÇÃ 100G</b>	<b>LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML</b>  <b>PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</b>  <b>MARGARINA SEM LEITE 10G AF</b> <b>MAÇÃ 100G</b>	<b>SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML</b>  <b>BOLO DE BANANA E CANELA DIET, SEM GLÚTEN E LEITE 50G</b>  <b>BANANA 120G</b>
Almoço D	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> <b>FEIJÃO PRETO 90G</b> <b>PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G</b> <b>BATATA REFOGADA 50G</b> <b>SALADA DE COUVE FLOR COM LIMÃO 30G</b> <b>BANANA 120G</b>	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b> <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 100G</b> <b>BATATA DOCE ASSADA 50G</b> <b>SALADA DE BETERRABA 50G</b> <b>MAÇÃ 100G</b>	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> <b>FEIJÃO PRETO 90G</b> <b>BIFE GRELHADO 100G</b> <b>ABOBRINHA REFOGADA 35G</b> <b>SALADA DE TOMATE 60G</b> <b>BANANA 120G</b>	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b> <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 100G</b> <b>BATATA REFOGADA 50G</b> <b>SALADA DE CENOURA COM LIMÃO 25G</b> <b>CENOURA AF (ORGÂNICA)</b> <b>BANANA 120G</b>	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> <b>FEIJÃO PRETO 90G</b> <b>PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G</b> <b>CENOURA REFOGADA 30G</b> <b>SALADA DE REPOLHO 40G</b> <b>MAÇÃ 100G</b>



**SELETIVIDADE ALIMENTAR, DIET SEM LEITE E GLÚTEN**

**OBSERVAÇÕES:**

1. ENVIAR TODAS AS PREPARAÇÕES SEPARADAS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES.

	SEGUNDA-FEIRA 11/11	TERÇA-FEIRA 12/11	QUARTA-FEIRA 13/11	QUINTA-FEIRA 14/11	SEXTA-FEIRA 15/11
CMD	<b>LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML</b>  <b>BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</b>  <b>BANANA 120G</b>	<b>SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML</b>  <b>PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</b>  <b>MARGARINA SEM LEITE 10G</b>  <b>MAÇÃ 100G</b>	<b>SUCO POLPA DE UVA DIET 200ML</b>  <b>BOLO DE BANANA E CANELA DIET, SEM GLÚTEN E LEITE 50G</b>  <b>MAÇÃ 100G</b>	<b>CHÁ DE CAMOMILA DIET 190ML</b>  <b>PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</b>  <b>MARGARINA SEM LEITE 10G AF</b>  <b>BANANA 120G</b>	FERIADO
Almoço D	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b> <b>PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G</b> <b>ABÓBORA REFOGADA 58G</b>  <b>SALADA DE ALFACE 15G</b>  <b>MAÇÃ 100G</b>	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> <b>FEIJÃO PRETO 90G</b> <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 100G</b> <b>BATATA REFOGADA 50G</b>  <b>SALADA DE REPOLHO 40G</b>  <b>BANANA 120G</b>	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b> <b>PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G</b> <b>BATATA REFOGADA 50G</b>  <b>SALADA DE TOMATE 60G</b>  <b>BANANA 120G</b>	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> <b>FEIJÃO PRETO 90G</b> <b>BIFE GRELHADO 100G</b> <b>BETERRABA COZIDA 70G</b> <b>SALADA DE PEPINO COM LIMÃO 40G PEPINO AF (ORGÂNICO)</b>  <b>MAÇÃ 100G</b>	FERIADO
	SEGUNDA-FEIRA 18/11	TERÇA-FEIRA 19/11	QUARTA-FEIRA 20/11	QUINTA-FEIRA 21/11	SEXTA-FEIRA 22/11
CMD	<b>SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200ML</b>  <b>PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</b>  <b>REQUEIJÃO DE SOJA 22G</b>  <b>MAÇÃ 100G</b>	<b>SUCO POLPA DE MAÇÃ DIET 200ML</b>  <b>PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</b>  <b>MARGARINA SEM LEITE 10G</b>  <b>MAÇÃ 100G</b>	FERIADO	<b>LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML</b>  <b>BISCOITO SALGADO SEM GLÚTEN E LEITE 50G</b>  <b>Banana 120g</b>	<b>SUCO POLPA DE LARANJA DIET 200ML</b>  <b>PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</b>  <b>MARGARINA SEM LEITE 10G AF</b>  <b>MAÇÃ 100G</b>
Almoço D	<b>Arroz branco 110g</b> <b>FEIJÃO PRETO 90g</b> <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 100G</b> <b>BATATA REFOGADA 50G</b> <b>Salada de brócolis 30g</b> <b>BANANA 120G</b>	<b>Arroz branco 110g</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90g</b> <b>BIFE GRELHADO 100G</b> <b>CENOURA REFOGADA 30G</b> <b>Salada de acelga 30g</b> <b>Banana 120g</b>	FERIADO	<b>Arroz branco 110g</b> <b>FEIJÃO PRETO 90g</b> <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 100G</b> <b>AIPIM COZIDO 85G</b> <b>Salada de tomate 60g</b> <b>MAÇÃ 100G</b>	<b>Arroz branco 110g</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90g</b> <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 100G</b> <b>BATATA REFOGADA 50G</b> <b>SALADA DE ALFACE 15G</b> <b>BANANA 120G</b>

**CARDÁPIO INTEGRAL D - NOVEMBRO 2024**

  
 Gerência de Alimentação  
 Matrícula 191822  
 Nutricionista/CRN-8 6286

  
 Gerência de Alimentação  
 Matrícula 192195  
 Nutricionista/CRN-8 9930

  
 Gerência de Alimentação  
 Matrícula 184452  
 Nutricionista/CRN-8 6775

**SELETIVIDADE ALIMENTAR, DIET SEM LEITE E GLÚTEN****OBSERVAÇÕES:**

1. ENVIAR TODAS AS PREPARAÇÕES SEPARADAS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES.

	SEGUNDA-FEIRA 25/11	TERÇA-FEIRA 26/11	QUARTA-FEIRA 27/11	QUINTA-FEIRA 28/11	SEXTA-FEIRA 29/11
CMD	<b>SUCO POLPA DE UVA DIET 200ML</b>  <b>BOLO DE BANANA E CANELA DIET, SEM GLÚTEN E LEITE 50G</b>  <b>BANANA 120G</b>	<b>CHÁ DE CAMOMILA DIET 190ML</b>  <b>PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</b>  <b>REQUEIJÃO DE SOJA 22G</b> <b>MAÇÃ 100G</b>	<b>LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML</b>  <b>BISCOITO DE POLVILHO SALGADO, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</b>  <b>MAÇÃ 100G</b>	<b>SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML</b>  <b>PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</b>  <b>MARGARINA SEM LEITE 10G</b> <b>MAÇÃ 100G</b>	<b>SUCO POLPA DE ACEROLA DIET 200ML</b>  <b>PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</b>  <b>MARGARINA SEM LEITE 10G</b> <b>BANANA 120G</b>
Almoço D	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b>  <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 100G</b>  <b>BATATA DOCE ASSADA 50G</b>  <b>SALADA DE BETERRABA 50G</b>  <b>MAÇÃ 100G</b>	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> <b>FEIJÃO PRETO 90G</b>  <b>PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G</b>  <b>BETERRABA COZIDA 70G</b>  <b>SALADA DE REPOLHO 40G</b>  <b>BANANA 120G</b>	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b>  <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 100G</b>  <b>BATATA REFOGADA 50G</b> <b>SALADA DE CENOURA COM LIMÃO 25G</b> <b>BANANA 120G</b>	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> <b>FEIJÃO PRETO 90G</b>  <b>BIFE GRELHADO 100G</b>  <b>BRÓCOLIS REFOGADO 50G</b> <b>SALADA DE PEPINO 40G PEPINO AF (ORGÂNICO)</b> <b>BANANA 120G</b>	<b>ARROZ BRANCO 110G</b> <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b>  <b>BIFE GRELHADO 100G</b>  <b>COUVE-FLOR COZIDA 50G</b> <b>SALADA DE ALFACE 15G AF (ORGÂNICA)</b> <b>MAÇÃ AF (ORGÂNICA)</b>

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.