



CURITIBA

*Jaqueline Martins dos Santos Stalmato*  
 Gerência de Alimentação  
 Matrícula 131822  
 Nutricionista/CRN-8 6266

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

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

## CARDÁPIO INTEGRAL D - NOVEMBRO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 04/11	TERÇA-FEIRA 05/11	QUARTA-FEIRA 06/11	QUINTA-FEIRA 07/11	SEXTA-FEIRA 08/11
CMD					SEXTA-FEIRA 01/11 Chá mate 190ml Bolo de abóbora e coco 50g  Mamão fatiado 85g
Almoço D					Arroz branco 110g Feijão preto 90g <b>OMELETE COM TOMATE E CHEIRO VERDE 70G</b> Farofa de couve 30g Salada de tomate 60g Salada de frutas sem abacaxi 150g
LID					Macarrão parafuso ao sugo 100g <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO MOLHO 70G</b> Banana 120g
	SEGUNDA-FEIRA 04/11	TERÇA-FEIRA 05/11	QUARTA-FEIRA 06/11	QUINTA-FEIRA 07/11	SEXTA-FEIRA 08/11
CMD	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 Mamão fatiado 85g	logurte de morango 180ml Biscoito cookies integral 50g Maçã 100g	Café com leite 190ml Pão de abóbora 50g Manteiga 10g AF	Vitamina de maracujá 180ml Bolo de cenoura sem cobertura 50g
Almoço D	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 90G</b> Farofa de cenoura 30g Salada de couve flor com limão 30g Salada de frutas sem abacaxi 150g	Arroz integral com brócolis 100g Feijão preto 90g <b>CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 100G</b> Batata doce assada 50g Salada de beterraba 50g Maçã 100g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G</b> Abobrinha refogada 35g Salada de alface com tomate 25g Melancia 150g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g <b>OMELETE COM TOMATE E CHEIRO VERDE 70G</b> Macarrão parafuso alho e óleo 80g Salada de cenoura com limão 25g Cenoura AF (orgânica) Banana 120g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 90G</b> Creme de milho 50g Salada de repolho ao vinagrete 40g Melão fatiado 150g
LID	Polenta 100g <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO MOLHO 70G</b> Maçã 100g	Sagu de uva 150g Creme de leite 20g Banana 120g	Suco polpa de abacaxi 200ml Pão de leite 50g <b>CARNE MOÍDA DE SOJA COM CENOURA PARA PÃO 60G</b>	Arroz 100g <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO MOLHO 70G</b> Melancia fatiada 150g	Suco polpa de acerola 200ml Pão de hambúrguer 50g <b>HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G</b> Queijo 20g Tomate (rodela) 15g



CURITIBA

*Jaqueline Martins dos Santos Stalmato*  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 131822  
Nutricionista/CRN-8 6266

*Luana Babones*  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 192195  
Nutricionista/CRN-8 9930

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

## CARDÁPIO INTEGRAL D - NOVEMBRO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 11/11	TERÇA-FEIRA 12/11	QUARTA-FEIRA 13/11	QUINTA-FEIRA 14/11	SEXTA-FEIRA 15/11
CMD	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	Chá mate 190ml Pão de leite 50g Manteiga 10g AF Maçã 100g	<b>FERIADO</b>
Almoço D	Arroz branco 110g Feijão preto 90g <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 90G</b> Abóbora refogada 58g Salada de alface 15g Salada de frutas sem abacaxi 150g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>OMELETE COM CENOURA E CHEIRO VERDE 70G</b> Farinha de mandioca torrada 35g Salada de repolho verde com repolho roxo 40g Melão 150g	Arroz integral 100g Feijão preto 90g <b>CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 100G</b> Batata refogada 50g Salada de agrião com tomate 20g Banana 120g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G</b> Beterraba cozida 70g Salada de pepino com limão 40g Pepino AF (orgânico) Melancia 150g	<b>FERIADO</b>
LID	Suco polpa de goiaba 200ml <b>SANDUÍCHE NATURAL VEGETARIANO 100G</b>	Sagu de uva 150g Creme de leite 20g (Leite AF) Maçã 100g	Suco polpa de tangerina 200ml Pão de milho 50g <b>CARNE MOÍDA DE SOJA COM CENOURA PARA PÃO 60G</b> Melão fatiado 150g	Macarrão parafuso 100g <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO MOLHO 70G</b> Banana 120g	<b>FERIADO</b>
	SEGUNDA-FEIRA 18/11	TERÇA-FEIRA 19/11	QUARTA-FEIRA 20/11	QUINTA-FEIRA 21/11	SEXTA-FEIRA 22/11
CMD	Suco polpa de morango 200ml Pão de leite 50g Requeijão cremoso 22g	Suco polpa de maçã 200ml Pão integral fatiado 50g Queijo 20g	<b>FERIADO</b>	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 AF
Almoço D	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G</b> Batata com molho 70g Salada de brócolis 30g Sagu 100g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g <b>OMELETE COM TOMATE E CHEIRO VERDE 70G</b> Purê de cenoura 100g Salada de acelga 30g Banana 120g	<b>FERIADO</b>	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 90G</b> Farofa de repolho 30g Salada de tomate 60g Melão 150g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g <b>CARNE MOÍDA DE SOJA AO SUGO 100G</b> Macarrão parafuso alho e óleo 80g Salada de alface com cenoura 30g Salada de frutas sem abacaxi 150g
LID	Arroz 100g <b>MOLHO DE CARNE DE SOJA COM ABÓBORA 50G</b> Maçã 100g	Suco polpa de limão 200ml Bolo de chocolate sem cobertura 50g (leite AF) Melancia fatiada 150g	<b>FERIADO</b>	Suco polpa de abacaxi 200ml Pão de batata 50g <b>CARNE MOÍDA DE SOJA COM CENOURA PARA PÃO 60G</b>	Batata Refogada 100g <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 90G</b> Pêssego 80g



CURITIBA

*Jaqueline Martins dos Santos Stabileto*  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 151822  
Nutricionista/CRN-8 6266

*Luana Baboina*  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 192195  
Nutricionista/CRN-8 9930

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

## CARDÁPIO INTEGRAL D - NOVEMBRO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 25/11	TERÇA-FEIRA 26/11	QUARTA-FEIRA 27/11	QUINTA-FEIRA 28/11	SEXTA-FEIRA 29/11
CMD	Suco polpa de uva 200ml Bolo de abacaxi com canela 50g (leite AF)	Chá mate 190ml Pão de abóbora 50g Requeijão cremoso 22g Mamão fatiado 85g	Vitamina de manga 180ml (leite AF) Biscoito de polvilho doce 50g Maçã 100g	Café com leite 190ml (Leite AF) Pão de centeio 50g Margarina 10g	Suco polpa de acerola 200ml Pão de leite 50g Queijo 20g
Almoço D	Arroz branco 110g Feijão preto 90g <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 90G</b> Batata doce assada 50g Salada de beterraba 50g Pêssego 80g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 100G</b> Batata, cenoura e chuchu refogados 40g Salada de repolho verde com repolho roxo 40g Mousse de maracujá 90g (leite AF)	Arroz branco 110g Feijão preto 90g <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 90G</b> Creme de milho 50g Salada de cenoura com limão 25g Salada de frutas sem abacaxi 150g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g <b>CARNE MOÍDA DE SOJA AO SUGO 100G</b> Farinha de mandioca torrada 35g Salada de pepino com tomate 45g Pepino AF (orgânico) Melão 150g	Arroz integral 100g Feijão preto 90g <b>OMELETE COM CENOURA E CHEIRO VERDE 70G</b> Couve-flor cozida 50g Salada de alface 15g AF (orgânica) Maçã AF (orgânica)
LID	Suco polpa de maracujá 200ml Pão de milho 50g <b>CARNE MOÍDA DE SOJA PARA PÃO 60G</b>	<b>RISOTO DE CARNE DE SOJA E ABOBRINHA 150G</b> Melancia fatiada 150g	Suco polpa de uva 200ml Pão de leite 50g <b>CACHORRO QUENTE-MOLHO 20G E SALSICHA DE SOJA 45G</b>	Macarrão parafuso ao sugo 100g <b>MOLHO DE CARNE DE SOJA E BRÓCOLIS 50G</b> Maçã AF (orgânica)	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-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.