



*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 Guadés*  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 184452  
Nutricionista/CRN-8 6775

**CARDÁPIO Integral 3 - NOVEMBRO 2024**

**SELETIVIDADE ALIMENTAR COM BANANA**

**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.

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



Jacqueline Martins dos Santos Stummato  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 191822  
Nutricionista/CRN-8 6266

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

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

**CARDÁPIO Integral 3 - NOVEMBRO 2024**

**SELETIVIDADE ALIMENTAR COM BANANA**

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



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

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

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

### CARDÁPIO Integral 3 - NOVEMBRO 2024

#### SELETIVIDADE ALIMENTAR COM BANANA

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