



Jaqueline Marinho dos Santos Seifmuto
Gerência de Alimentação
Matrícula 131822
Nutricionista/CRN-8 6266

Luciana Bakowicz
Gerência de Alimentação
Matrícula 182195
Nutricionista/CRN-8 9330

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

**CARDÁPIO LANCHE INTEGRAL 3 - NOVEMBRO 2024
VEGETARIANA ESTRITA**

					SEXTA-FEIRA 01/11
LI3					VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML BISCOITO DE POLVILHO SALGADO, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
	SEGUNDA-FEIRA 04/11	TERÇA-FEIRA 05/11	QUARTA-FEIRA 06/11	QUINTA-FEIRA 07/11	SEXTA-FEIRA 08/11
LI3	CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G Banana 120g	Suco polpa de abacaxi 200ml PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G CARNE MOÍDA DE SOJA COM CENOURA PARA PÃO 60G	Polenta 100g BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO MOLHO 70G Laranja 100g	Suco polpa de acerola 200ml PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G Tomate (rodela) 15g	Arroz 100g BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO MOLHO 70G Melancia fatiada 150g
	SEGUNDA-FEIRA 11/11	TERÇA-FEIRA 12/11	QUARTA-FEIRA 13/11	QUINTA-FEIRA 14/11	SEXTA-FEIRA 15/11
LI3	Sagu de uva 150g CREME DE LEITE DE SOJA 20G Maçã 100g	Suco polpa de goiaba 200ml SANDUÍCHE NATURAL VEGANO 100G	MACARRÃO PARAFUSO SEM OVOS 100G BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO MOLHO 70G Banana 120g	Suco polpa de tangerina 200ml PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G CARNE MOÍDA DE SOJA COM CENOURA PARA PÃO 60G Melão fatiado 150g	FERIADO
	SEGUNDA-FEIRA 18/11	TERÇA-FEIRA 19/11	QUARTA-FEIRA 20/11	QUINTA-FEIRA 21/11	SEXTA-FEIRA 22/11
LI3	Suco polpa de limão 200ml BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA SEM LEITE E OVOS 50G Pêssego 80g	Arroz 100g MOLHO DE CARNE DE SOJA COM ABÓBORA 50G Maçã 100g	FERIADO	Batata Refogada 100g BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 90G Melancia fatiada 150g	Suco polpa de abacaxi 200ml PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G CARNE MOÍDA DE SOJA COM CENOURA PARA PÃO 60G
	SEGUNDA-FEIRA 25/11	TERÇA-FEIRA 26/11	QUARTA-FEIRA 27/11	QUINTA-FEIRA 28/11	SEXTA-FEIRA 29/11
LI3	RISOTO DE CARNE DE SOJA E ABOBRINHA 150G Melancia fatiada 150g	Suco polpa de maracujá 200ml PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G CARNE MOÍDA DE SOJA PARA PÃO 60G	IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G Banana 120g	Suco polpa de uva 200ml PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G CACHORRO QUENTE-MOLHO 20G E SALSICHA DE SOJA 45G	MACARRÃO PARAFUSO SEM OVOS 100G MOLHO DE CARNE DE SOJA E BRÓCOLIS 50G 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/gerencia-de-alimentacao/cardapios-cardapios-escolas

Qualquer informação ou consideração favor contactar a Gerência de Alimentação pelos ramais 3093 e 3658.