



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

Lucrecia Bakovitz
Gerência de Alimentação
Matrícula 192195
Nutricionista/CRN-8 9930

Cardápio C2: DEZEMBRO 2024

Júliana R. D. Suedes
Gerência de Alimentação
Matrícula 184452
Nutricionista/CRN-8 6775

DIABETES COM CONTAGEM DE CARBOIDRATOS

SEGUNDA-FEIRA 02/12	TERÇA-FEIRA 03/12	QUARTA-FEIRA 04/12	QUINTA-FEIRA 05/12	SEXTA-FEIRA 06/12
BATATA REFOGADA 100G (9,91G DE CHO)	SUCO POLPA DE ACEROLA DIET 200ML (5,54G DE CHO)	IOGURTE DE MORANGO DIET 180ML (12 G DE CHO)	RISOTO INTEGRAL DE FRANGO, ABOBRINHA E CENOURA 150G (23,95G DE CHO)	MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL 100G (30,20G DE CHO)
ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G (1,13G DE CHO)	SANDUÍCHE NATURAL 100G (26,66G DE CHO)	BOLO DE LARANJA DIET 50G(25,24G DE CHO)	MAÇÃ 100G (15,15G DE CHO)	BOLINHO DE CARNE AO MOLHO 70G (3,73G DE CHO)
MELANCIA 150G (12G DE CHO)	PÊSSEGO 80G (5,97 G DE CHO)	MELÃO FATIADO 150G (11,25 G DE CHO)		AMEIXA VERMELHA NACIONAL 42G (5,82 G DE CHO)
SEGUNDA-FEIRA 09/12	TERÇA-FEIRA 10/12	QUARTA-FEIRA 11/12	QUINTA-FEIRA 12/12	SEXTA-FEIRA 13/12
SUCO POLPA DE LIMÃO DIET 200ML (16,95G DE CHO)	POLENTA 100G (25,63G CHO)	SAGU DE UVA DIET 150G (8,90G CHO)	SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML (7,8G DE CHO)	ARROZ INTEGRAL 100G (34,26G DE CHO)
PÃO INTEGRAL 50G (24,97G CHO)	MOLHO DE FRANGO E CHUCHU 50G (4,92G DE CHO)	CREME DE LEITE DIET 20G (5,88G CHO)	PÃO DE AVEIA 50G (29,78G DE CHO)	ISCAS DE CARNE COM CENOURA 60G (1,83G CHO)
HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42G (1,40G CHO)/QUEIJO 20G (0,61G DE CHO)			CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G(0,92G DE CHO)	MELÃO FATIADO 150G (11,25 G DE CHO)
PÊSSEGO 80G (5,97 G DE CHO)	MELANCIA 150G (12G DE CHO)	MAÇÃ 100G (15,15G DE CHO)	BANANA 120G (25,96G DE CHO)	
SEGUNDA-FEIRA 16/12	TERÇA-FEIRA 17/12	QUARTA-FEIRA 18/12	BOAS FÉRIAS!	
CANJICA DIET 200G (39,82G DE CHO)	MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL 100G (30,20G DE CHO)	SUCO POLPA DE TANGERINA DIET 200ML (17G DE CHO)		
BANANA 120G (25,96G DE CHO)	CARNE MOÍDA COM CENOURA 60G (1,5G DE CHO)	PÃO INTEGRAL 50G (24,97G CHO)		
	MAÇÃ 100G (15,15G DE CHO)	PATÊ DE FRANGO 30G(1,10G DE CHO)		

ESTE CARDÁPIO É DESTINADO À PRÉ ESCOLAS E ENSINO FUNDAMENTAL FASE I EM PERÍODO PARCIAL E FOI ELABORADO PAUTADO NA NORMATIZAÇÃO E NOTAS TÉCNICAS DO PNAE, ESPECIALMENTE NA LEI Nº 11.947/2009 E NA RESOLUÇÃO CD/FNDE Nº 06/2020, BEM COMO NAS RECOMENDAÇÕES DO GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA
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.