



		TERÇA-FEIRA 20/02	QUARTA-FEIRA 21/02	QUINTA-FEIRA 22/02	SEXTA-FEIRA 23/02
CFM3		Vitamina de Morango (leite AF) 180ml Bolo de Chocolate sem cobertura 50g	Café com leite AF 190ml Pão de batata 50g Manteiga AF 10g	Suco de laranja AF 200ml Biscoito Cookies Integrais 50g Banana 120g	Leite AF com chocolate em pó 190ml Pão de abóbora 50g Queijo 20g
ALMOÇO 3		Arroz AF branco 110g e feijão preto 90g Fricassé de frango 110g Chuchu refogado 50g Salada de Tomate 60g Laranja 100g	Arroz AF com cenoura 100g e feijão carioca 90g Picadinho com cenoura e champignon 100g Farofa de espinafre 30g Salada de Beterraba 50g Abacaxi 100g	Arroz integral 100g e feijão preto 90g Peito de frango à milanesa 100g Cenoura ao molho branco 55g Salada de Pepino AF (orgânico) com cheiro verde 30g Salada de Frutas 100g	Arroz AF branco 110g e feijão carioca 90g Almôndegas de carne assada ao sugo Batata sauté 55g Salada de Alface AF (orgânica) 15g Goiaba 80g
LI3		Risoto de Carne e abobrinha 150g Melão fatiado 125g	logurte morango 90ml Flocos de Milho sem açúcar 50g Pera 100g	Macarrão parafuso 100g Molho de frango e brócolis 50g Maçã 100g	Suco polpa de abacaxi 200ml Sanduíche Natural 100g
	SEGUNDA-FEIRA 26/02	TERÇA-FEIRA 27/02	QUARTA-FEIRA 28/02	QUINTA-FEIRA 29/02	
CFM3	Leite AF com aroma de baunilha 190ml Pão de aveia 50g Requeijão Cremoso 15g	Café com leite AF 190ml Bolo de Abóbora com coco 50g	Vitamina de banana (leite AF) 180 ml Biscoito cream cracker 50g Goiaba 80g	Suco de maçã AF 190ml Pão de Centeio 50g Queijo 20g	
ALMOÇO 3	Arroz integral 100g e feijão preto 90g Isclas de frango refogadas 100g Abóbora refogada 58g Salada de chuchu com cheiro verde 30g Melancia fatiada 100g	Arroz AF branco 110g e feijão carioca 90g Bife acebolado 100g Abobrinha refogada 35g Salada de Beterraba 50g Creme de goiaba 90g	Arroz AF branco 110g e feijão preto 90g Frango ao molho 110g Macarrão ao alho e óleo 65g Salada de vagem com tomate 40g Laranja 100g	Arroz AF com brócolis 100g e feijão carioca 90g Carne moída refogada com tomate e cheiro verde 100g Polenta Cremosa 90g Salada de Brócolis 30g Banana 120g	
LI3	Macarrão parafuso 100g Molho de carne e chuchu 50g Mamão fatiado 85g	Arroz 100g Isclas de carne com cenoura 60g Pera 100g	Sagu de Uva 150g Creme de leite 20g Banana 120g	Suco polpa de maracujá 200ml Pão de aveia 50g Frango com cenoura para pão 60g	

CÁLCULOS NUTRICIONAIS (média diária) CFM2: 430,75 Kcal, sendo: 12,63g de PTN, 14,82g de LIP e 63,67g de CHO.

CÁLCULOS NUTRICIONAIS (média diária) A2: 698,90 Kcal, sendo: 39g de PTN, 20,21g de LIP e 91,14g de CHO.

CÁLCULOS NUTRICIONAIS (média diária) LI2: 307,46 Kcal, sendo: 13,67g de PTN, 4,44g de LIP e 54,07g de CHO.

ESTE CARDÁPIO É DESTINADO À PRÉ ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL FASE I EM PERÍODO INTEGRAL E FOI ELABORADO PAUTADO NA NORMATIZAÇÃO E NOTAS TÉCNICAS DO PNAE, ESPECIALMENTE NA LEI Nº 11.947/20095 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.