CURITIBA

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

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

CARDÁPIO ALMOÇO A2 - ABRIL 2024

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

	SEGUNDA-FEIRA 01/04	TERÇA-FEIRA 02/04	QUARTA-FEIRA 03/04	QUINTA-FEIRA 04/04	SEXTA-FEIRA 05/04
Almoço A2	Arroz com cenoura 100g Feijão preto 90g Fricassê de frango 110g Chuchu sauté 40g Salada de beterraba 50g Melancia 100g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Peito de frango a milanesa 100g Abobrinha refogada 35g Salada de tomate 60g Caqui 100g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Bife acebolado 100g Abóbora refogada 58g Salada de alface 15g Laranja 100g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Frango assado 110g Batata doce (AF orgânica) assada 50g Salada de cenoura com limão 25g Pera 100g	Arroz Integral 110g Feijão preto 90g Picadinho de carne 100g Farofa de repolho (AF orgânico) 30g Salada de grão de bico 30g Banana 120g
	SEGUNDA-FEIRA 08/04	**TERÇA-FEIRA 09/04**	**QUARTA-FEIRA10/04**	**QUINTA-FEIRA 11/04**	**SEXTA-FEIRA 12/04**
Almoço A2	Arroz com vagem 100g Feijão carioca 90g Peito de frango grelhado 100g Cenoura ao molho branco 55g Salada de pepino 30g Laranja 100g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Bife acebolado 100g Batata refogada 50g Salada de repolho ao vinagrete 40g Melão fatiado 125g	Arroz AF branco 110g Feijão carioca AF 90g Frango ao molho 110g Abobrinha refogada 35g Salada de cenoura com limão 25g Caqui 100g	Arroz Integral 110g Feijão preto AF 90g Bolinho de carne assado 90g Creme de milho 50g Salada de acelga com limão 30g Pera 100g	Arroz AF branco 110g Feijão carioca AF 90g Barreado 110G Farofa de couve (AF orgânica) 30g Salada de alface (AF orgânica) com tomate 25g Melancia 100g
	SEGUNDA-FEIRA 15/04	**TERÇA-FEIRA 16/04**	**QUARTA-FEIRA 17/04**	**QUINTA-FEIRA 18/04**	**SEXTA-FEIRA 19/04**
Almoço A2	Arroz Integral 110g Feijão preto AF 90g Frango ao molho com abobrinha 120g Quirera 90g Salada de feijão branco com tomate e limão 30g Salada de frutas 100g	Arroz AF branco 110g Feijão carioca AF 90g Almôndegas de frango assada ao sugo 100g Couve refogada 35g Salada de chuchu com cenoura 35g Laranja 100g	Arroz AF branco 110g Feijão preto AF 90g Carne de panela com ervas 100g Abóbora refogada 58g Salada de alface 15g Pera 100g	Arroz com cenoura 100g Feijão carioca AF 90g Bife com molho 100g Farofa de espinafre 30g Salada de pepino (AF orgânico) com tomate 45g Kiwi 80g	Arroz AF branco 110g Feijão preto AF 90g Peito de frango a milanesa 100g Abobrinha refogada 35g Salada de repolho (AF orgânico) ao vinagrete 40g Melancia 100g
	SEGUNDA-FEIRA 22/04	**TERÇA-FEIRA 23/04**	**QUARTA-FEIRA 24/04**	**QUINTA-FEIRA 25/04**	**SEXTA-FEIRA 26/04**
Almoço A2	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Peito de frango grelhado 100g Abobrinha refogada 35g Salada de cenoura com limão 25g Melancia 100g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Picadinho de carne 100g Purê de batata 40g Salada de repolho 40g Creme de goiaba 90g	Arroz Integral 110g Feijão preto 90g Almôndegas de carne ao sugo 100g Chuchu sauté 40g Salada de alface com cenoura 30g Caqui 100g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Carne moída refogada com tomate e cheiro verde 100g Abóbora refogada 58g Salada de tomate 60g Kiwi (AF orgânico)	Arroz com vagem 100g Feijão preto 90g Frango assado 110g Cenoura ao molho branco 55g Salada de pepino (AF orgânico) 30g Laranja 100g
	SEGUNDA-FEIRA 29/04	**TERÇA-FEIRA 30/04**			
Almoço A2	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Carne moída refogada com tomate e cheiro verde 100g Batata refogada 50g Salada de alface 15g Melancia 100g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Frango ao molho com cenoura e pimentão 150g Chuchu refogado 50g Salada de cenoura com limão 25g Salada de frutas 100g			

Cálculos nutricionais (média diária) A2: 668,91 Kcal, sendo: 38,31g de PTN, 20,22g de LIP e 84,69g de CHO.

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 RESOLUÇÃO CD/FNDE Nº 06/2020, BEM COMO NAS

Cardápio disponível no site: educacao.curitiba.pr.gov.br/ secretaria/ departamento de logística/ gerência de alimentação/ cardápios/ cardápios escolas

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