



Jaqueline Marzili dos Santos Marzili
Gerência de Alimentação
Matrícula 131222
Nutricionista/CRN-8 8256

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

Alina Tereza de Castro
Secretaria de Educação
MARCIA BREG
Nutricionista/CRN-8 8546

Luiza Kurtz
Gerência de Alimentação
Matrícula 19654
Nutricionista/CRN-8 8546

CARDÁPIO INTEGRAL - Almoço A1 - JULHO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 01/07	TERÇA-FEIRA 02/07	QUARTA-FEIRA 03/07	QUINTA-FEIRA 04/07	SEXTA-FEIRA 05/07
Almoço A1	Arroz branco 110g e feijão preto 90g Frango assado 100g Polenta cremosa 90g Salada de tomate com limão 60g Maçã 100g	Arroz branco 110g e feijão carioca 90g Carne moída com tomate e cheiro verde 100g Farofa de cenoura 30g Salada de pepino 40g Laranja 100g	Arroz branco 110g e feijão preto 90g Carne ao molho de abobrinha 100g Brócolis refogado 50g Salada de beterraba com limão 50g Ponkan 80g	RECESSO	RECESSO
	SEGUNDA-FEIRA 08/07	TERÇA-FEIRA 09/07	QUARTA-FEIRA 10/07	QUINTA-FEIRA 11/07	SEXTA-FEIRA 12/07
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
	SEGUNDA-FEIRA 15/07	TERÇA-FEIRA 16/07	QUARTA-FEIRA 17/07	QUINTA-FEIRA 18/07	SEXTA-FEIRA 19/07
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
	SEGUNDA-FEIRA 22/07	TERÇA-FEIRA 23/07	QUARTA-FEIRA 24/07	QUINTA-FEIRA 25/07	SEXTA-FEIRA 26/07
Almoço A1	RECESSO	Arroz branco 110g e feijão carioca 90g Isclas de frango ao sugo 110g Purê de batata 40g Salada de alface 15g Ponkan 80g	Arroz integral 100g e feijão preto 90g Picadinho de carne, com cenoura e champignon 100g Chuchu refogado 50g Salada de repolho verde com repolho roxo 40g Laranja 100g	Arroz branco 110g e feijão carioca 90g Peito de frango a milanesa 100g Couve-flor cozida 50g Salada de tomate com limão 60g Salada de frutas 100g	Arroz branco 110g e feijão preto 90g Bolinho de carne assado 90g Creme de milho 50g Salada de beterraba com limão 50g Melão 100g
	SEGUNDA-FEIRA 29/07	TERÇA-FEIRA 30/07	QUARTA-FEIRA 31/07	QUINTA-FEIRA 01/08	SEXTA-FEIRA 02/08
Almoço A1	Arroz branco 110g e feijão preto 90g Almôndega de frango assada ao sugo 100g Macarrão alho e óleo 80g Salada de beterraba com limão 50g Creme de manga 90g	Arroz com ervilha 100g e feijão carioca 90g Carne de panela com ervas 110g Abóbora refogada 58g Salada de agrião com tomate 20g Salada de frutas 100g	Arroz branco 110g e feijão preto 90g Frango assado 100g Abobrinha refogada com tomate 35g Salada de couve-flor com limão 30g Maçã 100g		

Cálculos nutricionais (média diária) Almoço A1: 296,49 Kcal, sendo: 16,68g de PTN, 9,28g de LIP e 38,10g de CHO.

ESTE CARDÁPIO É DESTINADO À PRÉ ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL I EM PERÍODO INTEGRAL E FOI ELABORADO PAUTADO NA NORMALIZAÇÃO E NOTAS TÉCNICAS DO PNAE,
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.