



CARDÁPIO CM3 + Almoço A3 -JULHO 2024

DIABÉTICO, CELÍACO

| | SEGUNDA-FEIRA 01/07 | TERÇA-FEIRA 02/07 | QUARTA-FEIRA 03/07 | QUINTA-FEIRA 04/07 | SEXTA-FEIRA 05/07 |
|------------------|--|---|---|--|---|
| CM3 | CHÁ MATE DIET 190ML | LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML | CAFÉ COM LEITE DIET 190ML | | |
| | BOLO DE CENOURA SEM COBERTURA SEM GLÚTEN DIET 50G | BISCOITO SALGADO SEM GLÚTEN 50G | PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G | RECESSO | RECESSO |
| | MAMÃO FATIADO 85G | BANANA 120G | RERQUEIJÃO CREMOSO 15G | | |
| Almoço A3 | ARROZ INTEGRAL 110G E FEIJÃO PRETO 90G | ARROZ INTEGRAL 110G E FEIJÃO CARIOCA 90G | ARROZ INTEGRAL 110G E FEIJÃO PRETO 90G | RECESSO | RECESSO |
| | CARNE AO MOLHO DE ABOBRINHA 100G | FRANGO ASSADO 100G | CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G | | |
| | BRÓCOLIS REFOGADO 50G | POLENTA SEM GLÚTEN SEM GLÚTEN 90G | FAROFA DE CENOURA SEM TRAÇOS DE GLÚTEN 30G | | |
| | SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50G | SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60G | SALADA DE PEPINO 40G | | |
| | KIWI 100G | LARANJA 100G | MELÃO 100G | | |
| | 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 |
| CM3 | | CHÁ DE HORTELÃ DIET 190ML | VITAMINA DE POLPA DE MORANGO DIET 180ML | CAFÉ COM LEITE DIET 190ML | LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML |
| | RECESSO | BOLO DE FUBÁ SEM GLÚTEN DIET 50G | PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G | PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G | BISCOITO COOKIES INTEGRAIS DIET SEM GLÚTEN 50G |
| | | BANANA 120G | QUEIJO 20G | MANTEIGA 10G | MAÇÃ 100G |
| Almoço A3 | RECESSO | ARROZ INTEGRAL 110G E FEIJÃO CARIOCA 90G | ARROZ INTEGRAL 100G E FEIJÃO PRETO 90G | ARROZ INTEGRAL 110G E FEIJÃO CARIOCA 90G | ARROZ INTEGRAL 110G E FEIJÃO PRETO 90G |
| | | BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G | PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G | PICADINHO DE CARNE, COM CENOURA E CHAMPIGNON 100G | ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110G |
| | | BATATA REFOGADA 50G | COUVE-FLORES COZIDA 50G | CHUCHU REFOGADO 50G | PURÊ DE BATATA 40G |
| | | SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50G | SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60G | SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G | SALADA DE ALFACE 15G |
| | | MELÃO 100G | KIWI 100G | LARANJA 100G | SALADA DE FRUTAS 100G |
| | SEGUNDA-FEIRA 29/07 | TERÇA-FEIRA 30/07 | QUARTA-FEIRA 31/07 | | |
| CM3 | LEITE COM AROMA DE COCO DIET 190ML | CAFÉ COM LEITE DIET 190ML | CHÁ MATE DIET 190ML | | |
| | PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G | PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G | BISCOITO DOCE DIET SEM GLÚTEN 50G | | |
| | RERQUEIJÃO CREMOSO 15G | MANTEIGA 10G | MAMÃO FATIADO 85G | | |
| Almoço A3 | ARROZ INTEGRAL 110G E FEIJÃO PRETO 90G | ARROZ INTEGRAL 110G E FEIJÃO CARIOCA 90G | ARROZ INTEGRAL 110G E FEIJÃO PRETO 90G | | |
| | FRANGO ASSADO 100G | FRICASSÉ DE FRANGO 110G | CARNE DE PANELA COM ERVAS 110G | | |
| | ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 35G | BATATA DOCE ASSADA 50G | ABÓBORA REFOGADA 58G | | |
| | SALADA DE COUVE-FLORES COM LIMÃO 30G | SALADA DE ALFACE 15G | SALADA DE AGRIÃO COM TOMATE 20G | | |
| | MAÇÃ 100G | BANANA 120G | SALADA DE FRUTAS 100G | | |

ESTE CARDÁPIO É DESTINADO À PRÉ ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL 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 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.