



Jaqueline Marini dos Santos  
Gênia de Alimentação  
Matrícula 194822  
Nutricionista/CRN-8 8206

Lucrecia Bakovics  
Gênia de Alimentação  
Matrícula 192195  
Nutricionista/CRN-8 9930

Alana Botelho dos Santos  
Gênia de Alimentação  
Matrícula 194542  
Nutricionista/CRN-8 8546

Luiza Kurtz  
Gênia de Alimentação  
Matrícula 194454  
Nutricionista/CRN-8 8546

**CARDÁPIO INTEGRAL 3 -JULHO 2024  
SEM LEITE E VEGETARIANA**

	<b>SEGUNDA-FEIRA 01/07</b>	<b>TERÇA-FEIRA 02/07</b>	<b>QUARTA-FEIRA 03/07</b>	<b>QUINTA-FEIRA 04/07</b>	<b>SEXTA-FEIRA 05/07</b>
<b>CM3</b>	Chá mate 190ml <b>CUQUE DE FAROFA SEM LEITE 50G</b> Mamão fatiado 85g	<b>LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</b> <b>BISCOITO SALGADO SEM TRAÇOS DE LEITE 50G</b> Banana 120g	<b>CAFÉ COM LEITE DE SOJA 190ML</b> <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b> <b>REQUEIJÃO DE SOJA 15G</b>	RECESSO	RECESSO
<b>Almoço A3</b>	Arroz branco 110g e feijão preto 90g <b>OMELETE COM CENOURA E CHEIRO VERDE 70G</b> Brócolis refogado 50g Salada de beterraba com limão 50g Kiwi 100g	Arroz branco 110g e feijão carioca 90g <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 90g</b> Polenta cremosa 90g Salada de tomate com limão 60g Laranja 100g	Arroz branco 110g e feijão preto 90g <b>CARNE MOÍDA DE SOJA AO SUGO 100G</b> Farofa de cenoura 30g Salada de pepino 40g Melão 100g	RECESSO	RECESSO
<b>LI3</b>	Suco polpa de maçã 200ml <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b> <b>CARNE MOÍDA DE SOJA COM CENOURA PARA PÃO 60G</b>	<b>CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G</b> Maçã 100g	<b>RISOTO DE CARNE DE SOJA E ABOBRINHA 150G</b> Ponkan 120g	RECESSO	RECESSO
	<b>SEGUNDA-FEIRA 08/07</b>	<b>TERÇA-FEIRA 09/07</b>	<b>QUARTA-FEIRA 10/07</b>	<b>QUINTA-FEIRA 11/07</b>	<b>SEXTA-FEIRA 12/07</b>
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
	<b>SEGUNDA-FEIRA 15/07</b>	<b>TERÇA-FEIRA 16/07</b>	<b>QUARTA-FEIRA 17/07</b>	<b>QUINTA-FEIRA 18/07</b>	<b>SEXTA-FEIRA 19/07</b>
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
	<b>SEGUNDA-FEIRA 22/07</b>	<b>TERÇA-FEIRA 23/07</b>	<b>QUARTA-FEIRA 24/07</b>	<b>QUINTA-FEIRA 25/07</b>	<b>SEXTA-FEIRA 26/07</b>
<b>CM3</b>	RECESSO	Chá de hortelã 190ml <b>BOLO DE FUBÁ SEM LEITE 50G</b> Banana 120g	<b>VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</b> <b>PÃO INTEGRAL SEM LEITE 50G</b> <b>REQUEIJÃO DE SOJA 15G</b>	<b>CAFÉ COM LEITE DE SOJA 190ML</b> <b>PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</b> <b>MARGARINA SEM LEITE 10G</b>	<b>LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</b> <b>BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G</b> Maçã 100g
<b>Almoço A3</b>	RECESSO	Arroz branco 110g e feijão carioca 90g <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 90g</b> <b>CREME DE MILHO SEM LEITE 50G</b> Salada de beterraba com limão 50g Melão 100g	Arroz integral 100g e feijão preto 90g <b>CARNE MOÍDA DE SOJA AO SUGO 100G</b> Couve-flor cozida 50g Salada de tomate com limão 60g Kiwi 100g	Arroz branco 110g e feijão carioca 90g <b>OMELETE COM TOMATE E CHEIRO VERDE 70G</b> Chuchu refogado 50g Salada de repolho verde com repolho roxo 40g Laranja 100g	Arroz branco 110g e feijão preto 90g <b>CARNE MOÍDA DE SOJA AO SUGO 100G</b> <b>BATATA REFOGADA 50G</b> Salada de alface 15g Salada de frutas 100g
<b>LI3</b>	RECESSO	Suco polpa de maracujá 200ml <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b> <b>CARNE MOÍDA DE SOJA COM CENOURA PARA PÃO 60G</b>	<b>SOPA DE FUBÁ COM BATATA, COUVE E ERVILHA SEM CARNE (DIETA) 150G</b> Maçã 100g	Macarrão parafuso 100g <b>MOLHO DE CARNE DE SOJA E ABÓBORA 50G</b> Banana 120g	Sagu de uva 150g <b>CREME DE LEITE DE SOJA 20G</b> Caqui 100g



*Jaqueline Marinho dos Santos*  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 194822  
Nutricionista/CRN-8 8206

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

*Alana Botelho dos Santos*  
Setor de Dietética  
Matrícula 19452  
Nutricionista/CRN-8 8546

*Luiza Kurtz*  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 194454  
Nutricionista/CRN-8 8546

**CARDÁPIO INTEGRAL 3 -JULHO 2024  
SEM LEITE E VEGETARIANA**

	<b>SEGUNDA-FEIRA 29/07</b>	<b>TERÇA-FEIRA 30/07</b>	<b>QUARTA-FEIRA 31/07</b>	<b>QUINTA-FEIRA 01/08</b>	<b>SEXTA-FEIRA 02/08</b>
<b>CM3</b>	<b>LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</b> <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b> <b>REQUEIJÃO DE SOJA 15G</b>	<b>CAFÉ COM LEITE DE SOJA 190ML</b> <b>PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</b> <b>MARGARINA SEM LEITE 10G</b>	Chá mate 190ml <b>BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G</b> Mamão fatiado 85g		
<b>Almoço A3</b>	Arroz branco 110g e feijão preto 90g <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 90g</b> Abobrinha refogada com tomate 35g Salada de couve-flor com limão 30g Maçã 100g	Arroz branco 110g e feijão carioca 90g <b>CARNE MOÍDA DE SOJA AO SUGO 100G</b> Batata doce assada 50g Salada de alface 15g Banana 120g	Arroz branco 110g e feijão preto 90g <b>OMELETE COM TOMATE E CHEIRO VERDE 70G</b> Abóbora refogada 58g Salada de agrião com tomate 20g Salada de frutas 100g		
<b>L13</b>	<b>RISOTO DE CARNE DE SOJA E BRÓCOLIS 150G</b>  Ponkan 120g	Polenta 100g <b>MOLHO DE CARNE DE SOJA E CENOURA 50G</b>  Melão fatiado 125g	Suco polpa de uva 200ml  <b>PÃO FRANCÊS 50G</b> <b>CARNE MOÍDA DE SOJA COM CENOURA PARA PÃO 60G</b>		

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 CD/FNDE Nº

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