



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

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

Juliana R. de Souza
Gerência de Alimentação
Matrícula 284452
Nutricionista/CRN-8 6775

Cardápio NOT: OUTUBRO 2024

	TERÇA-FEIRA 01/10	QUARTA-FEIRA 02/10	QUINTA-FEIRA 03/10	SEXTA-FEIRA 04/10
	Macarrão parafuso 180g Molho de frango e chuchu 75g Maçã 150g	Suco polpa de uva 200ml Pão de milho 75g Carne moída para pão 75g Melão fatiado 150g	Risoto de frango e brócolis 300g Laranja 150g	Suco polpa de goiaba 200ml Pão integral 75g Isclas de frango e cenoura AF (orgânica) 70g Melancia fatiada 150g
SEGUNDA-FEIRA 07/10	TERÇA-FEIRA 08/10	QUARTA-FEIRA 09/10	QUINTA-FEIRA 10/10	SEXTA-FEIRA 11/10
Polenta 180g Molho de carne e abobrinha 120g Melão fatiado 150g	Macarrão parafuso 180g Molho de frango e cenoura 120g Banana 150g	Suco polpa de acerola 200ml Pão de leite 50g Cachorro quente-molho 20g e salsicha 50g Maçã 150g	Suco polpa de tangerina 200ml Sanduíche natural (alface AF - orgânica) 150g Melancia fatiada 150g	Arroz 180g Isclas de carne e cenoura AF (orgânica) 70g Laranja 150g
SEGUNDA-FEIRA 14/10	TERÇA-FEIRA 15/10	QUARTA-FEIRA 16/10	QUINTA-FEIRA 17/10	SEXTA-FEIRA 18/10
Risoto de carne e abobrinha 300g Maçã 150g	Suco polpa de maracujá 200ml Bolo de laranja (leite AF) 100g Banana 150g	Aipim 180g Molho de carne e brócolis 120g Laranja 150g	Suco polpa de laranja 200ml Pão de milho 75g Frango refogado para pão 75g Melancia fatiada 150g	Macarrão parafuso 180g Molho de frango e vagem 120g Melão fatiado 150g
SEGUNDA-FEIRA 21/10	TERÇA-FEIRA 22/10	QUARTA-FEIRA 23/10	QUINTA-FEIRA 24/10	SEXTA-FEIRA 25/10
Quirera 180g Isclas de carne e cenoura 70g Laranja 150g	Macarrão parafuso colorido 180g Molho de frango e chuchu 75g Melão fatiado 150g	logurte de coco 120ml Bolo inglês (leite AF) 100g Banana AF (orgânica)	Suco polpa de acerola 200ml Sanduíche natural (alface AF - orgânica) 150g Laranja 150g	Arroz 180g Isclas de carne refogadas 70g Maçã 150g
SEGUNDA-FEIRA 28/10	TERÇA-FEIRA 29/10	QUARTA-FEIRA 30/10	QUINTA-FEIRA 31/10	
Risoto de frango e abóbora 300g Melancia fatiada 150g	Suco polpa de uva 200ml Pão de aveia 75g Carne moída para pão 75g Banana 150g	Polenta 180g Molho de carne e chuchu 120g Maçã 150g	Suco polpa de limão 200ml Pão integral 75g Isclas de frango refogadas 70g Melão fatiado 150g	

CÁLCULOS NUTRICIONAIS (média diária): 458,09 Kcal, sendo: 21,35g de PTN; 10,86g de LIP e 79,46g de CHO.

ESTE CARDÁPIO É DESTINADO AO EJA - EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS EM PERÍODO PARCIAL E FOI ELABORADO FALTO NA NORMALIZAÇÃO 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.