



Jaqueline Marini dos Santos Skamato
Gerência de Alimentação
Matrícula 191822
Nutricionista/CRN-8 6266

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

Cardápio NOT: OUTUBRO 2024

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

DIABETES COM CONTAGEM DE CARBOIDRATOS

	TERÇA-FEIRA 01/10	QUARTA-FEIRA 02/10	QUINTA-FEIRA 03/10	SEXTA-FEIRA 04/10
	MACARRÃO PARAFUSO 180G (55,17G DE CHO) MOLHO DE FRANGO E CHUCHU 120G (4,39G DE CHO) MAÇÃ 100G (15,15G DE CHO)	SUCO POLPA DE UVA DIET 200ML (10,65G DE CHO) PÃO INTEGRAL 75G (37,45G DE CHO) CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 120G(1,84G DE CHO)	RISOTO DE FRANGO E BRÓCOLIS 300G (51,27G DE CHO) LARANJA 100G (8,95G CHO)	SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200ML (13,00G DE CHO) PÃO INTEGRAL 75G (37,45G DE CHO) ISCAS DE FRANGO E CENOURA 70G (6,35G DE CHO)
SEGUNDA-FEIRA 07/10	TERÇA-FEIRA 08/10	QUARTA-FEIRA 09/10	QUINTA-FEIRA 10/10	SEXTA-FEIRA 11/10
POLENTA 180G (46,14G DE CHO) MOLHO DE CARNE E ABOBRINHA 120G (4,41G DE CHO) MELÃO PICADO 100G (9,41G DE CHO)	MACARRÃO PARAFUSO 180G (55,17G DE CHO) MOLHO DE FRANGO E CENOURA 120G (4,39G DE CHO) BANANA 120G (25,96G DE CHO)	SUCO POLPA DE ACEROLA DIET 200ML (5,54G DE CHO) PÃO INTEGRAL 50G (24,97G CHO) CACHORRO QUENTE-MOLHO 20G E SALSICHA 50G (2,53G DE CHO)	SUCO POLPA DE TANGERINA DIET 200ML (9,95G DE CHO)) SANDUÍCHE NATURAL (ALFACE AF - ORGÂNICA) 100G (26,66G DE CHO)	ARROZ 180G (31,85G DE CHO) ISCAS DE CARNE E CENOURA AF (ORGÂNICA) 70G (1,89G DE CHO) LARANJA 100G (8,95G CHO)
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 (46,91G DE CHO) MAÇÃ 100G (15,15G DE CHO)	SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML (9,6G DE CHO) BOLO DE LARANJA DIET 100G (24,46G DE CHO) BANANA 120G (25,96G DE CHO)	AIPIM 180G (53,37G DE CHO) MOLHO DE CARNE E BRÓCOLIS 120G (7,21G DE CHO) LARANJA 100G (8,95G CHO)	SUCO POLPA DE LARANJA DIET 200ML (10,50G DE CHO) PÃO INTEGRAL 75G (37,45G DE CHO) FRANGO REFOGADO PARA PÃO 75G (0,68G DE CHO)	MACARRÃO PARAFUSO 180G (55,17G DE CHO) MOLHO DE FRANGO E CHUCHU 120G (4,39G DE CHO) MELÃO PICADO 100G (9,41G DE CHO)
SEGUNDA-FEIRA 21/10	TERÇA-FEIRA 22/10	QUARTA-FEIRA 23/10	QUINTA-FEIRA 24/10	SEXTA-FEIRA 25/10
QUIRERA 180G (43,96G DE CHO) ISCAS DE CARNE E CENOURA 70G (1,89G DE CHO) LARANJA 100G (8,95G CHO)	MACARRÃO PARAFUSO COLORIDO 180G (55,17G DE CHO) MOLHO DE FRANGO E CHUCHU 120G (4,39G DE CHO) MELÃO PICADO 100G (9,41G DE CHO)	IOGURTE DE COCO DIET 120ML(17,54G DE CHO) BOLO INGLÊS DIET 100G (56,38G DE CHO) BANANA 120G (25,96G DE CHO)	SUCO POLPA DE ACEROLA DIET 200ML (5,54G DE CHO) SANDUÍCHE NATURAL (ALFACE AF - ORGÂNICA) 150G (39,79G DE CHO)	ARROZ 180G (31,85G DE CHO) ISCAS DE CARNE REFOGADAS 70G (0,87G DE CHO) MAÇÃ 100G (15,15G DE CHO)
SEGUNDA-FEIRA 28/10	TERÇA-FEIRA 29/10	QUARTA-FEIRA 30/10	QUINTA-FEIRA 31/10	SEXTA-FEIRA 01/11
RISOTO DE FRANGO E ABÓBORA 300G (44,28G DE CHO) MELANCIA 100G (20,35G DE CHO)	SUCO POLPA DE UVA DIET 200ML (10,65G DE CHO) PÃO INTEGRAL 75G (37,45G DE CHO) CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 120G(1,84G DE CHO)	POLENTA 180G (46,14G DE CHO) MOLHO DE CARNE E CHUCHU 120G (4,39G DE CHO) (4,39G DE CHO) MAÇÃ 100G (15,15G DE CHO)	SUCO POLPA DE LIMÃO DIET 200ML (16,95G DE CHO) PÃO INTEGRAL 75G (37,45G DE CHO) ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 70G (1G DE CHO)	

ESTE CARDÁPIO É DESTINADO AO EJA - EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS EM PERÍODO PARCIAL 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 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.