



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

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

Juliana R. D. Guedes
Gerência de Alimentação
Matrícula 184452
Nutricionista/CRN-8 6775

CARDÁPIO CM2 + ALMOÇO A2 - ABRIL 2025

FENILCETUNÚRIA

		TERÇA-FEIRA 01/04	QUARTA-FEIRA 02/04	QUINTA-FEIRA 03/04	SEXTA-FEIRA 04/04
CM2		SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML (23MG FAL) 2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL) REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G (1,37MG FAL) 20G BANANA 120G (48MG FAL) 84,37	MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL) BISCOITO SALGADO FENIL 50G (0MG DE FAL) CAQUI 100G (38MG FAL) 55,16	CHÁ MATE 190ML (0MG FAL) BOLO FENIL 50G (12,8 MG DE FAL) MAMÃO FATIADO 120G (34,8MG DE FAL) 47,6	SUCO DE LARANJA TETRAPAK 200ML (20MG DE FAL) PÃO DE QUEIJO FENIL 50G (16,9MG DE FAL) BANANA 120G (48MG FAL) 84,37
Almoço A2		ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) PURÊ DE AIPIM 50G (15,5MG FAL) FAROFA DE ESPINAFRE FENIL 15G (15 MG FAL) SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G (21,2MG DE FAL) LARANJA 100G (30MG FAL) 147,7	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) COUVE-FLOR COZIDA 30G (22,5 MG FAL) MACARRÃO PARAFUSO ABOBRINHA E CENOURA FENIL 50G (39,68MG FAL) SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50G (22,5MG FAL) MELANCIA PICADA 150G (15MG FAL) 165,68	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) BRÓCOLIS COZIDO 30G (38,7MG FAL) BATATA DOCE COZIDA 50G (42 MG FAL) ABÓBORA REFOGADA 50 G (17,5MG FAL) SALADA DE TOMATE 32G (14,08MG FAL) MELÃO PICADO 120G (20,4MG FAL) 198,68	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) VAGEM COZIDA 35G (32,55MG FAL) CENOURA COZIDA 50G (20,81MG FAL) BATATA INGLESA COZIDA 35G (17,6MG FAL) SALADA DE ALFACE COM LIMÃO 15G (7,8MG FAL) CAQUI 100G (38MG FAL) 182,76
TOTAL DE FAL		232,07	220,84	246,28	267,13

	SEGUNDA-FEIRA 07/04	TERÇA-FEIRA 08/04	QUARTA-FEIRA 09/04	QUINTA-FEIRA 10/04	SEXTA-FEIRA 11/04
CM2	CHÁ MATE 190ML (0MG FAL) 2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL) REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G (1,37MG FAL) 20G MANGA PICADA 65G (20,19MG DE FAL) PERA 100G (22MG FAL) 55,56	SUCO DE LARANJA TETRAPAK 200ML (20MG DE FAL) 2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL) REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G (1,37MG FAL) 20G BANANA 120G (48MG FAL) 81,37	SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML (23MG FAL) 2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL) MARGARINA SEM LEITE (1,4MG DE FAL) MANGA PICADA 140G (43,5MG DE FAL) 79,9	MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL) BISCOITO SALGADO FENIL 50G (0MG DE FAL) MAÇÃ 100G (10MG FAL) MAMÃO FATIADO 150G (20,3MG DE FAL) 47,46	MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL) BOLO FENIL 50G (12,8 MG DE FAL) BANANA 120G (48MG FAL) 77,96
Almoço A2	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) MACARRÃO PARAFUSO ABOBRINHA E CENOURA FENIL 50G (39,68MG FAL) FAROFA DE ESPINAFRE FENIL 40G (40 MG FAL) SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 32G (14,08MG FAL) MELANCIA PICADA 150G (15MG FAL) 174,76	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) BETERRABA COZIDA 30G (13,5MG FAL) PURÊ DE AIPIM 50G (15,5MG FAL) BRÓCOLIS COZIDO 30G (38,7MG FAL) SALADA DE PEPINO 25G (7,5MG FAL) LARANJA 100G (30MG FAL) 171,2	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) ABÓBORA COZIDA 58 G (20,30MG FAL) ABOBRINHA COZIDA 30G (28,35MG FAL) BATATA INGLESA COZIDA 35G (17,6MG FAL) SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G (21,2MG DE FAL) ABACAXI 100G (32 MG FAL) 185,45	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) FAROFA DE REPOLHO FENIL 35G (25,50MG FAL) CENOURA COZIDA 50G (20,81MG FAL) BATATA DOCE COZIDA 50G (42 MG FAL) SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50G (22,5MG FAL) CAQUI 100G (38MG FAL) 214,81	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) PURÊ DE AIPIM 50G (15,5MG FAL) VAGEM COZIDA 30G (27,9MG FAL) ABOBRINHA REFOGADA 30G (28,35MG FAL) SALADA DE CENOURA COM LIMÃO 30G (15MG FAL) LARANJA 100G (30MG FAL) 182,75
TOTAL DE FAL	230,32	252,57	265,35	262,27	260,71

	SEGUNDA-FEIRA 14/04	TERÇA-FEIRA 15/04	QUARTA-FEIRA 16/04	QUINTA-FEIRA 17/04	SEXTA-FEIRA 18/04
CM2	SUCO DE LARANJA TETRAPAK 200ML (20MG DE FAL) 2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL) MARGARINA SEM LEITE (1,4MG DE FAL) PERA 100G (22MG FAL) 55,4	CHÁ MATE 190ML (0MG FAL) 2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL) REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G (1,37MG FAL) 20G MAÇÃ 100G (10MG FAL) 23,37	MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL) BOLO FENIL 50G (12,8 MG DE FAL) LARANJA 100G (30MG FAL) 59,96	MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL) BISCOITO SALGADO FENIL 50G (0MG DE FAL) MAÇÃ 100G (10MG FAL) MANGA PICADA 140G (43,5MG DE FAL) 70,66	FERIADO
Almoço A2	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) BETERRABA COZIDA 30G (13,5MG) ACELGA REFOGADA 45G (30,15MG FAL) FAROFA DE ESPINAFRE FENIL 40G (40 MG FAL) SALADA DE PEPINO 25G (7,5MG FAL) LARANJA 100G (30MG FAL)	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) FAROFA DE ESPINAFRE FENIL 40G (40 MG FAL) CENOURA COZIDA 50G (20,81MG FAL) PURÊ DE AIPIM 50G (15,5MG FAL) SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G (21,2MG DE FAL) PERA 100G (22MG FAL)	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) BATATA INGLESA COZIDA 35G (17,6MG FAL) ABÓBORA REFOGADA 50 G (17,5MG FAL) ABOBRINHA REFOGADA 30G (28,35MG FAL) SALADA DE ALFACE COM LIMÃO 15G (7,8MG FAL) MELANCIA PICADA 150G (15MG FAL)	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) BETERRABA COZIDA 30G (13,5MG) BRÓCOLIS COZIDO 30G (38,7MG FAL) MACARRÃO PARAFUSO ABOBRINHA E CENOURA FENIL 35G (27,78MG FAL) SALADA DE CENOURA COM LIMÃO 30G (15MG FAL) SAGU DE UVA 100G (4,56MG FAL) SEM CREME	
	187,15	185,51	152,25	165,54	
TOTAL DE FAL	242,55	208,88	212,21	236,2	

	SEGUNDA-FEIRA 21/04	TERÇA-FEIRA 22/04	QUARTA-FEIRA 23/04	QUINTA-FEIRA 24/04	SEXTA-FEIRA 25/04
CM2	FERIADO	SUCO DE LARANJA TETRAPAK 200ML (20MG DE FAL)	MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL)	MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL)	CHÁ MATE 190ML (0MG FAL)
		2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL)	BOLO FENIL 50G (12,8 MG DE FAL)	BISCOITO SALGADO FENIL 50G (0MG DE FAL)	2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL)
		REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G (1,37MG FAL) 20G	BANANA 120G (48MG FAL)	BANANA 120G (48MG FAL)	REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G (1,37MG FAL) 20G
		MAÇÃ 100G (10MG FAL)	MANGA PICADA 65G (18,63MG DE FAL)		MELÃO PICADO 150G (25,5MG FAL)
		43,37	96,59	65,16	38,87
Almoço A2		ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL)	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL)	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL)	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL)
		ACELGA REFOGADA 45G (30,15MG FAL)	FAROFA DE REPOLHO FENIL 35G (25,50MG FAL)	BATATA DOCE COZIDA 50G (42 MG FAL)	COUVE-FLOR COZIDA 30G (22,5 MG FAL)
			PURÊ DE AIPIM 50G (15,5MG FAL)	BRÓCOLIS COZIDO 30G (38,7MG FAL)	BETERRABA COZIDA 30G (13,5MG
		MACARRÃO PARAFUSO ABOBRINHA E CENOURA FENIL 35G (27,78MG FAL)	ABÓBORA REFOGADA 58 G (20,30MG FAL)	CENOURA REFOGADA 40G (14,80MG FAL)	PURÊ DE AIPIM 50G (15,5MG FAL)
		SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 32G (14,08MG FAL)	SALADA DE ALFACE COM LIMÃO 15G (7,8MG FAL)	SALADA DE PEPINO 25G (7,5MG FAL)	SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G (21,2MG DE FAL)
		KIWI 80G (38, 40MG FAL)	LARANJA 100G (30MG FAL)	SAGU DE UVA 100G (4,56MG FAL) SEM CREME	CAQUI 100G (38MG FAL)
		176,41	165,1	173,56	176,7
TOTAL DE FAL		219,78	261,69	238,72	215,57

	SEGUNDA-FEIRA 28/04	TERÇA-FEIRA 29/04	QUARTA-FEIRA 30/04	
CM2	MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL) BOLO FENIL 50G (12,8 MG DE FAL) MELANCIA PICADA 150G (15MG FAL) 44,96	SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML (23MG FAL) 2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL) MARGARINA SEM LEITE (1,4MG DE FAL) BANANA 120G (48MG FAL) 84,4	CHÁ MATE 190ML (0MG FAL) 2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL) REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G (1,37MG FAL) 20G CAQUI 100G (38MG FAL) 51,37	
Almoço A2	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) BATATA INGLESA COZIDA 35G (17,6MG FAL) ABÓBORA COZIDA 58 G (20,30MG FAL) ABOBRINHA REFOGADA 30G (28,35MG FAL) SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50G (22,5MG FAL) KIWI 80G (38, 40MG FAL)	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) FAROFÁ DE REPOLHO FENIL 35G (25,50MG FAL) COUVE-FLORES COZIDA 30G (22,5 MG FAL) MACARRÃO PARAFUSO ABOBRINHA E CENOURA FENIL 35G (27,78MG FAL) SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 32G (14,08MG FAL) MELANCIA PICADA 150G (15MG FAL)	ARROZ BRANCO 60G (66MG FAL) PURÊ DE AIPIM 50G (15,5MG FAL) BRÓCOLIS COZIDO 30G (38,7MG FAL) SALADA DE CENOURA COM LIMÃO 30G (15MG FAL) BANANA 120G (48MG FAL)	
	193,15	170,86	183,2	
TOTAL DE FAL	238,11	255,26	234,57	

ESTE CARDÁPIO É DESTINADO ÀS ESCOLAS INTEGRAIS E FOI ELABORADO PAUTADO NA NORMATIZAÇÃO E NOTAS TÉCNICAS DO PNAE, ESPECIALMENTE NA LEI Nº 11.947/2009 E NA

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.