



CONSTIPAÇÃO, SEM GLÚTEN
ESTE CARDÁPIO DEVE SER ELABORADO COM INGREDIENTES ISENTOS DE TRAÇOS DE GLÚTEN

		TERÇA-FEIRA 01/04	QUARTA-FEIRA 02/04	QUINTA-FEIRA 03/04	SEXTA-FEIRA 04/04
CM1		CHÁ DE CAMOMILA 190ML BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA E GLÚTEN 50G MAMÃO FATIADO 85G	LEITE 190 ML BISCOITO COOKIES INTEGRAIS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G MANGA PICADA 100G	SUCO POLPA DE MORANGO 200ML PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G QUEIJO 20G	VITAMINA DE MANGA 180ML BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN 50G
Almoço A1		ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO PRETO 90G PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G ABÓBORA REFOGADA 30G SALADA DE AGRIÃO COM TOMATE 20G MELÃO 150G	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO CARIOCA 90G BIFE GRELHADO 100G BATATA COM AZEITE, ORÉGANO E TOMATE 70G SALADA DE ALFACE 15G SALADA DE FRUTAS SEM BANANA 100G	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO PRETO 90G ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADA AO SUGO SEM GLÚTEN E OVO 100G BETERRABA COZIDA 70G SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G LARANJA 100G	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO CARIOCA 90G FRANGO AO MOLHO 110G POLENTA CREMOSA 90G SALADA DE BETERRABA 50G MELANCIA 150G
LI1		SUCO POLPA DE LARANJA 200ML PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G PATÊ DE FRANGO 30G	ARROZ INTEGRAL 100G ISCAS DE CARNE E CENOURA 60G LARANJA 100G	SAGU DE UVA 150G CREME DE LEITE 20G MELÃO FATIADO 150G	SUCO POLPA DE LIMÃO 200ML PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G
	SEGUNDA-FEIRA 07/04	TERÇA-FEIRA 08/04	QUARTA-FEIRA 09/04	QUINTA-FEIRA 10/04	SEXTA-FEIRA 11/04
CM1	LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML BOLO DE CENOURA SEM COBERTURA SEM GLÚTEN 50G	CAFÉ COM LEITE 190ML PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G MARGARINA 10G	SUCO POLPA DE MANGA 200ML PÃO DE AVEIA SEM GLÚTEN E LEITE 50G REQUEijÃO CREMOSO 15G	CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G QUEIJO 20G PERA 100G	LEITE COM CHOCOLATE EM PO 190ML BISCOITO COOKIES INTEGRAIS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G MANGA PICADA 100G
Almoço A1	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO PRETO 90G FRANGO ASSADO 110G ABOBRINHA REFOGADA 35G SALADA DE CENOURA COM LIMÃO 25G LARANJA 100G	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO CARIOCA 90G BIFE GRELHADO 100G BATATA REFOGADA 50G SALADA DE REPOLHO AO VINAGRETE 40G SALADA DE FRUTAS SEM BANANA 100G	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO PRETO 90G PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G PURÊ DE CENOURA 100G SALADA DE PEPINO 30G LARANJA 100G	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO CARIOCA 90G BARREADO 110G (DIETA) FAROFA DE COUVE SEM TRAÇOS DE GLÚTEN 30G SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G MELANCIA 150G	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO PRETO 90G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 100G BATATA DOCE ASSADA 50G SALADA DE BETERRABA 50G MELÃO 150G
LI1	BATATA REFOGADA 100G MOLHO DE CARNE COM VAGEM 50G PERA 100G	RISOTO INTEGRAL DE FRANGO E CHUCHU 150G MELANCIA FATIADA 150G	MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL SEM GLÚTEN 100G MOLHO DE FRANGO E CENOURA 50G MELÃO FATIADO 150G	LEITE COM AROMA DE COCO 190ML CUQUE DE FAROFA SEM GLÚTEN 50G	SUCO POLPA DE LIMÃO 200ML PÃO DE AVEIA SEM GLÚTEN E LEITE 50G CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G



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

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

CARDÁPIO INTEGRAL 1 - ABRIL 2025

CONSTIPAÇÃO, SEM GLÚTEN

ESTE CARDÁPIO DEVE SER ELABORADO COM INGREDIENTES ISENTOS DE TRAÇOS DE GLÚTEN

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

	SEGUNDA-FEIRA 14/04	TERÇA-FEIRA 15/04	QUARTA-FEIRA 16/04	QUINTA-FEIRA 17/04	SEXTA-FEIRA 18/04
CM1	CHÁ DE CAMOMILA 190ML PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G REQUEIJÃO CREMOSO 15G	IOGURTE DE MORANGO 180ML BISCOITO COOKIES INTEGRAIS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G MANGA PICADA 100G	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G MANTEIGA 10G	VITAMINA DE BANANA 180ML CHINEQUE DE GOIABADA SEM GLÚTEN 50G	FERIADO
Almoço A1	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO CARIOCA 90G ISCAS DE CARNE REFOGADAS 100G BATATA SALSA SAUTÉ 40G SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 50G ABACAXI 100G	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO PRETO 90G ALMONDEGAS DE FRANGO ASSADA AO SUGO SEM GLÚTEN E OVO 100G BRÓCOLIS REFOGADO 50G SALADA DE CHUCHU COM CENOURA 35G SAGU 100G	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO CARIOCA 90G BIFE COM MOLHO 100G FAROFA DE CENOURA COM ESPINAFRE SEM GLÚTEN 30G SALADA DE PEPINO COM TOMATE 45G SALADA DE FRUTAS SEM BANANA 100G	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO PRETO 90G PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G ABOBRINHA REFOGADA 35G SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G MELANCIA 150G	
LI1	POLENTA 100G MOLHO DE FRANGO COM ABOBRINHA 50G LARANJA 100G	SUCO POLPA DE MANGA 200ML PÃO DE AVEIA SEM GLÚTEN E LEITE 50G ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G QUEIJO 10G/TOMATE (RODELA) 15G	BATATA REFOGADA 100G MOLHO DE CARNE E ABÓBORA 50G CAQUI 100G	SUCO POLPA DE LARANJA 200ML PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G	
	SEGUNDA-FEIRA 21/04	TERÇA-FEIRA 22/04	QUARTA-FEIRA 23/04	QUINTA-FEIRA 24/04	
CM1	FERIADO	LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML BOLO DE FUBÁ SEM GLÚTEN 50G	SUCO POLPA DE GOIABA 200ML PÃO DE AVEIA SEM GLÚTEN E LEITE 50G QUEIJO 20G	CAFÉ COM LEITE 190ML PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G REQUEIJÃO CREMOSO 15G	VITAMINA DE MANGA 180ML BISCOITO SALGADO SEM GLÚTEN 50G
Almoço A1		ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO CARIOCA 90G CARNE DE PANELA COM ERVAS 100G ABÓBORA REFOGADA 58G SALADA DE ALFACE 15G LARANJA 100G	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO PRETO 90G FRANGO AO MOLHO 110G BETERRABA COZIDA 70G SALADA DE VAGEM COM TOMATE 40G KIWI 80G	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO CARIOCA 90G PICADINHO DE CARNE 100G PURÊ DE BATATA 40G SALADA DE REPOLHO 40G CAQUI 100G	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO PRETO 90G FRANGO ASSADO 110G CENOURA REFOGADA 30G SALADA DE PEPINO 30G CREME DE MANGA 90G
LI1		RISOTO INTEGRAL DE FRANGO E CHUCHU 150G MELANCIA FATIADA 150G	IOGURTE DE MORANGO 180ML AVEIA EM FLOCOS FINOS 30G MANGA PICADA 100G	MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL SEM GLÚTEN 100G MOLHO DE CARNE E ABOBRINHA 50G PERA 100G	SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G



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

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

CARDÁPIO INTEGRAL 1 - ABRIL 2025

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

CONSTIPAÇÃO, SEM GLÚTEN
ESTE CARDÁPIO DEVE SER ELABORADO COM INGREDIENTES ISENTOS DE TRAÇOS DE GLÚTEN

	SEGUNDA-FEIRA 28/04	TERÇA-FEIRA 29/04	QUARTA-FEIRA 30/04	
CM1	CHÁ DE HORTELÃ 190ML PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G QUEIJO 20G CAQUI 100G	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN 50G	CAFÉ COM LEITE 190ML PÃO INTEGRAL SEM GLÚTEN 50G MANTEIGA 10G	
Almoço A1	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO PRETO 90G ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADA AO SUGO SEM GLÚTEN E OVO 100G POLENTA CREMOSA 90G SALADA DE CENOURA 25G SALADA DE FRUTAS SEM BANANA 100G	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO CARIOCA 90G PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G ABOBRINHA REFOGADA 35G SALADA DE BETERRABA 50G KIWI 80G	ARROZ INTEGRAL 100G FEIJÃO PRETO 90G CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G COUVE FLOR COZIDA 50G SALADA DE TOMATE 60G MELANCIA 150G	
LI1	CANJICA 200G MANGA PICADA 100G	SUCO POLPA DE LARANJA 200ML PÃO DE AVEIA SEM GLÚTEN E LEITE 50G ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G	ARROZ INTEGRAL 100G ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G LARANJA 100G	

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.