



*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 INTEGRAL 2 - ABRIL 2025

### FENILCETUNÚRIA 3

|               |  | TERÇA-FEIRA 01/04                                                                                                                                                                 | QUARTA-FEIRA 02/04                                                                                                                                                  | QUINTA-FEIRA 03/04                                                                                                                                                                                 | SEXTA-FEIRA 04/04                                                                                                                                                                                |
|---------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CM2           |  | SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML (23MG FAL)<br><br>2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL)<br><br>REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G (1,37MG FAL) 20G<br><br>MELANCIA PICADA 150G (15MG FAL) | MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL)<br><br>BISCOITO SALGADO FENIL 50G (0MG DE FAL)                                                               | CHÁ MATE 190ML (0MG FAL)<br><br>BOLO FENIL 50G (12,8 MG DE FAL)<br><br>MAÇÃ 100G (10MG FAL)                                                                                                        | SUCO DE LARANJA TETRAPAK 200ML (20MG DE FAL)<br><br>PÃO DE QUEIJO FENIL 50G (16,9MG DE FAL)                                                                                                      |
|               |  | 51,37                                                                                                                                                                             | 17,16                                                                                                                                                               | 32,8                                                                                                                                                                                               | 36,37                                                                                                                                                                                            |
| Almoço A2     |  | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)<br><br>PURÊ DE AIPIM 50G (15,5MG FAL)<br><br>SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G (21,2MG DE FAL)<br><br>LARANJA 100G (30MG FAL)                           | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)<br><br>COUVE-FLOR COZIDA 30G (22,5 MG FAL)<br><br>SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50G (22,5MG FAL)<br><br>MELANCIA PICADA 150G (15MG FAL) | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)<br><br>BATATA INGLESA COZIDA 35G (17,6MG FAL)<br><br>ABÓBORA REFOGADA 50 G (17,5MG FAL)<br><br>SALADA DE TOMATE 32G (14,08MG FAL)<br><br>MELÃO PICADO 100G (17 MG FAL) | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)<br><br>CENOURA COZIDA 50G (20,81MG FAL)<br><br>BATATA INGLESA COZIDA 35G (17,6MG FAL)<br><br>SALADA DE ALFACE COM LIMÃO 15G (7,8MG FAL)<br><br>CAQUI 100G (38MG FAL) |
|               |  | 99,7                                                                                                                                                                              | 93                                                                                                                                                                  | 102,58                                                                                                                                                                                             | 117,21                                                                                                                                                                                           |
| LI2           |  | SAGU DE UVA 150G (8,19 MG FAL) SEM CREME<br><br>MELÃO PICADO 120G (20,4MG FAL)                                                                                                    | SUCO DE LARANJA TETRAPAK 200ML (20MG DE FAL)<br><br>SANDUÍCHE NATURAL FENIL 100G (42,82MG FAL)                                                                      | SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML (23MG FAL)<br><br>BOLO FENIL 50G (12,8 MG DE FAL)                                                                                                                      | MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL)<br><br>BISCOITO SALGADO FENIL 50G (0MG DE FAL)<br><br>MAÇÃ 100G (10MG FAL)                                                                |
|               |  | 28,59                                                                                                                                                                             | 62,82                                                                                                                                                               | 35,8                                                                                                                                                                                               | 27,16                                                                                                                                                                                            |
| TOTAL FAL/dia |  | 179,66                                                                                                                                                                            | 172,98                                                                                                                                                              | 171,18                                                                                                                                                                                             | 180,74                                                                                                                                                                                           |

|              | 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)<br><br>2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL)<br>REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G (1,37MG FAL) 20G<br><br>PERA 100G (22MG FAL) | SUCO DE LARANJA TETRAPAK 200ML (20MG DE FAL)<br><br>2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL)<br>REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G (1,37MG FAL) 20G | SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML (23MG FAL)<br><br>2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL)<br>MARGARINA SEM LEITE (1,4MG DE FAL) | CHÁ MATE 190ML (0MG FAL)<br><br>BISCOITO SALGADO FENIL 50G (0MG DE FAL)<br><br>MAMÃO FATIADO 150G (20,3MG DE FAL)                | MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL)<br><br>BOLO FENIL 50G (12,8 MG DE FAL)                 |
|              | 35,37                                                                                                                                                | 33,37                                                                                                                                        | 36,4                                                                                                                         | 20,3                                                                                                                             | 29,96                                                                                                         |
| Almoço A2    | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)                                                                                                                          | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)                                                                                                                  | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)                                                                                                  | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)                                                                                                      | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)                                                                                   |
|              | FAROFA DE ESPINAFRE FENIL 30G (30 MG FAL)                                                                                                            | BETERRABA COZIDA 30G (13,5MG FAL)                                                                                                            | ABÓBORA COZIDA 58 G (20,30MG FAL)                                                                                            | FAROFA DE REPOLHO FENIL 35G (25,50MG FAL)                                                                                        | PURÊ DE AIPIM 50G (15,5MG FAL)                                                                                |
|              | SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 32G (14,08MG FAL)                                                                                                         | PURÊ DE AIPIM 50G (15,5MG FAL)                                                                                                               | BATATA INGLESA COZIDA 35G (17,6MG FAL)                                                                                       | CENOURA COZIDA 50G (20,81MG FAL)                                                                                                 | VAGEM COZIDA 30G (27,9MG FAL)                                                                                 |
|              | MAÇÃ 100G (10MG FAL)                                                                                                                                 | SALADA DE PEPINO 25G (7,5MG FAL)                                                                                                             | SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G (21,2MG DE FAL)                                                                              | SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50G (22,5MG FAL)                                                                                   | SALADA DE CENOURA COM LIMÃO 30G (15MG FAL)                                                                    |
|              | LARANJA 100G (30MG FAL)                                                                                                                              | MELANCIA PICADA 80G (8MG FAL)                                                                                                                | MAÇÃ 100G (10MG FAL)                                                                                                         | MELANCIA PICADA 80G (8MG FAL)                                                                                                    |                                                                                                               |
|              | 87,08                                                                                                                                                | 99,5                                                                                                                                         | 100,1                                                                                                                        | 111,81                                                                                                                           | 99,4                                                                                                          |
| LI2          | SUCO DE LARANJA TETRAPAK 200ML (20MG DE FAL)<br><br>BISCOITO DOCE FENIL 50G (37,5MG DE FAL)                                                          | MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL)<br><br>PÃO DE QUEIJO FENIL 50G (16,9MG DE FAL)<br>MAÇÃ 100G (10MG FAL)                | CHÁ DE CAMOMILA 190ML (0MG FAL)<br><br>SANDUÍCHE NATURAL FENIL 100G (42,82MG FAL)                                            | MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL)<br><br>BOLO FENIL 50G (12,8 MG DE FAL)<br>MELANCIA PICADA 150G (15MG FAL) | SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML (23MG FAL)<br><br>PÃO DE QUEIJO FENIL 50G (16,9MG DE FAL)<br>MAÇÃ 100G (10MG FAL) |
|              | 57,5                                                                                                                                                 | 44,06                                                                                                                                        | 42,82                                                                                                                        | 44,96                                                                                                                            | 49,9                                                                                                          |
| TOTAL DE FAL | 179,95                                                                                                                                               | 176,93                                                                                                                                       | 179,32                                                                                                                       | 177,07                                                                                                                           | 179,26                                                                                                        |

|              | 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)<br>2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL)<br>MARGARINA SEM LEITE (1,4MG DE FAL)<br>PERA 100G (22MG FAL)                    | CHÁ MATE 190ML (0MG FAL)<br>2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL)<br>REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G (1,37MG FAL) 20G                                                         | MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL)<br>BOLO FENIL 50G (12,8 MG DE FAL)                                                                                                    | SUCO DE LARANJA TETRAPAK 200ML (20MG DE FAL)<br>BISCOITO SALGADO FENIL 50G (0MG DE FAL)<br>MAÇÃ 100G (10MG FAL)                                                                                                            | FERIADO           |
|              | 55,4                                                                                                                                                                      | 13,37                                                                                                                                                                        | 29,96                                                                                                                                                                                        | 30                                                                                                                                                                                                                         |                   |
| Almoço A2    | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)<br>BETERRABA COZIDA 30G (13,5MG FAL)<br>FAROFA DE ESPINAFRE FENIL 40G (40 MG FAL)<br>SALADA DE PEPINO 25G (7,5MG FAL)<br>MAÇÃ 100G (10MG FAL) | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)<br>CENOURA COZIDA 50G (20,81MG FAL)<br>PURÊ DE AIPIM 50G (15,5MG FAL)<br>SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G (21,2MG DE FAL)<br>PERA 100G (22MG FAL) | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)<br>BATATA INGLESA COZIDA 35G (17,6MG FAL)<br>ABÓBORA REFOGADA 50 G (17,5MG FAL)<br>SALADA DE ALFACE COM LIMÃO 15G (7,8MG FAL)<br>MELANCIA PICADA 100G (10MG FAL) | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)<br>BETERRABA COZIDA 30G (13,5MG FAL)<br>MACARRÃO PARAFUSO ABOBRINHA E CENOURA FENIL 35G (27,78MG FAL)<br>SALADA DE CENOURA COM LIMÃO 30G (15MG FAL)<br>SAGU DE UVA 100G (4,56MG FAL) SEM CREME |                   |
|              | 104                                                                                                                                                                       | 112,51                                                                                                                                                                       | 85,9                                                                                                                                                                                         | 93,84                                                                                                                                                                                                                      |                   |
| LI2          | CHÁ MATE 190ML (0MG FAL)<br>BOLO FENIL 50G (12,8 MG DE FAL)<br>MELANCIA PICADA 80G (8MG FAL)                                                                              | SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML (23MG FAL)<br>PÃO DE QUEIJO FENIL 50G (16,9MG DE FAL)<br>MAÇÃ 100G (10MG FAL)                                                                    | SUCO DE LARANJA TETRAPAK 200ML (20MG DE FAL)<br>SANDUÍCHE NATURAL FENIL 100G (42,82MG FAL)                                                                                                   | MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL)<br>PÃO DE QUEIJO FENIL 50G (16,9MG DE FAL)<br>PERA 100G (22MG FAL)                                                                                                  |                   |
|              | 20,8                                                                                                                                                                      | 49,9                                                                                                                                                                         | 62,82                                                                                                                                                                                        | 56,06                                                                                                                                                                                                                      |                   |
| TOTAL DE FAL | 180,2                                                                                                                                                                     | 175,78                                                                                                                                                                       | 178,68                                                                                                                                                                                       | 179,9                                                                                                                                                                                                                      |                   |

|              | 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)                  | CHÁ MATE 190ML (0MG 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                  |                                              | MAÇÃ 100G (10mg FAL)                                   | REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G (1.37MG FAL) 20G    |
|              |                                          | MAÇÃ 100G (10MG FAL)                                          |                                              |                                                        | MELÃO PICADO 100G (17 MG FAL)                   |
| 43,37        |                                          | 12,8                                                          | 27,16                                        | 30,37                                                  |                                                 |
| Almoço A2    |                                          | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)                                   | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)                  | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)                            | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)                     |
|              |                                          | MACARRÃO PARAFUSO ABOBRINHA E CENOURA FENIL 35G (27,78MG FAL) | FAROFA DE REPOLHO FENIL 35G (25,50MG FAL)    | BRÓCOLIS COZIDO 30G (38,7MG FAL)                       | BETERRABA COZIDA 30G (13,5MG                    |
|              |                                          |                                                               | PURÊ DE AIPIM 50G (15,5MG FAL)               |                                                        | PURÊ DE AIPIM 50G (15,5MG FAL)                  |
|              |                                          | ABÓBORA REFOGADA 58 G (20,30MG FAL)                           |                                              |                                                        | CENOURA REFOGADA 40G (14,80MG 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      |                                                        |                                                 |
|              | 113,26                                   | 132,1                                                         | 98,56                                        | 83,2                                                   |                                                 |
| LI2          | SAGU DE UVA 150G (8,19 MG FAL) SEM CREME | MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL)        | SUCO DE LARANJA TETRAPAK 200ML (20MG DE FAL) | SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML (23MG FAL)                 |                                                 |
|              | MELANCIA PICADA 150G (15MG FAL)          | PÃO DE QUEIJO FENIL 50G (16,9MG DE FAL)                       | BOLO FENIL 50G (12,8 MG DE FAL)              | SANDUÍCHE NATURAL FENIL 100G (42,82MG FAL)             |                                                 |
|              |                                          |                                                               | PERA 100G (22MG FAL)                         |                                                        |                                                 |
|              | 23,19                                    | 34,06                                                         | 54,8                                         | 65,82                                                  |                                                 |
| TOTAL DE FAL |                                          | 179,82                                                        | 178,96                                       | 180,52                                                 | 179,39                                          |

|              | SEGUNDA-FEIRA 28/04                                                                                                                                                                             | TERÇA-FEIRA 29/04                                                                                                                                                                                          | QUARTA-FEIRA 30/04                                                                                                                                                                          |  |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| CM2          | MILK SHAKE DE COCO COM BANANA FENIL 190ML (17,16G FAL)<br><br>BOLO FENIL 50G (12,8 MG DE FAL)<br><br>MELANCIA PICADA 150G (15MG FAL)                                                            | SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML (23MG FAL)<br><br>2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL)<br><br>MARGARINA SEM LEITE (1,4MG DE FAL)                                                                           | CHÁ MATE 190ML (0MG FAL)<br><br>2 FATIAS DE PÃO FENIL 30G (12 MG DE FAL)<br><br>REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G (1,37MG FAL) 20G                                                                |  |
|              | 44,96                                                                                                                                                                                           | 36,4                                                                                                                                                                                                       | 13,37                                                                                                                                                                                       |  |
| Almoço A2    | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)<br>BATATA INGLESA COZIDA 35G (17,6MG FAL)<br>ABÓBORA COZIDA 58 G (20,30MG FAL)<br><br>SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50G (22,5MG FAL)<br><br>KIWI 80G (38, 40MG FAL) | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)<br>FAROFÁ DE REPOLHO FENIL 30G (20,50MG FAL)<br>COUVE-FLOR COZIDA 30G (22,5 MG FAL)<br><br>SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 32G (14,08MG FAL)<br><br>MELANCIA PICADA 100G (10MG FAL) | ARROZ BRANCO 30G (33MG FAL)<br><br>PURÊ DE AIPIM 50G (15,5MG FAL)<br><br>BRÓCOLIS COZIDO 25G (32,25MG FAL)<br><br>SALADA DE CENOURA COM LIMÃO 30G (15MG FAL)<br><br>LARANJA 100G (30MG FAL) |  |
|              | 114,2                                                                                                                                                                                           | 100,08                                                                                                                                                                                                     | 125,75                                                                                                                                                                                      |  |
| LI2          | SAGU DE UVA 150G (8,19 MG FAL) SEM CREME<br><br>MAÇÃ 100G (10mg FAL)                                                                                                                            | CHÁ MATE 190ML (0MG FAL)<br><br>SANDUÍCHE NATURAL FENIL 100G (42,82MG FAL)                                                                                                                                 | SUCO DE LARANJA TETRAPAK 200ML (20MG DE FAL)<br><br>PÃO DE QUEIJO FENIL 50G (16,9MG DE FAL)                                                                                                 |  |
|              | 18,19                                                                                                                                                                                           | 42,82                                                                                                                                                                                                      | 36,9                                                                                                                                                                                        |  |
| TOTAL DE FAL | 177,35                                                                                                                                                                                          | 179,3                                                                                                                                                                                                      | 176,02                                                                                                                                                                                      |  |

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 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.