

CARDÁPIO INTEGRAL 3 - ABRIL 2025

SELETIVIDADE ALIMENTAR COM MAÇÃ

 <i>Jaqueline Martins dos Santos Samito</i> Gerência de Alimentação Matrícula 191822 Nutricionista/CRN-8 6266 <i>Lucrécia Bakovitz</i> Gerência de Alimentação Matrícula 192195 Nutricionista/CRN-8 9930 <i>Juliana Rodrigues Dias Guedes</i> Gerência de Alimentação Matrícula 184652 Nutricionista/CRN-8 6775					
		TERÇA-FEIRA 01/04	QUARTA-FEIRA 02/04	QUINTA-FEIRA 03/04	SEXTA-FEIRA 04/04
CM3		CHÁ DE CAMOMILA 190 ML Bolo de chocolate sem cobertura 50g MAÇÃ 100G	Vitamina de manga 180ml Biscoito de leite 50g MAÇÃ 100G	Leite 190 ml BISCOITO ROSQUINHA 50G MAÇÃ 100G	Suco polpa de morango 200ml PÃO FRANCÊS 50G Queijo 20g MAÇÃ 100G
Almoço A3		Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90G Peito de frango à milanesa 100g Abóbora refogada 30g SALADA DE TOMATE 60G MAÇÃ 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 100G MACARRÃO ALHO E ÓLEO 80G Salada de beterraba 50g MAÇÃ 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90G Bife grelhado 100g BATATA REFOGADA 50G Salada de alface 15g MAÇÃ 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90G BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G Farinha de mandioca torrada 35g SALADA DE REPOLHO 40G MAÇÃ 100G
LI3		Suco polpa de laranja 200ml PÃO FRANCÊS 50G FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G MAÇÃ 100G	Suco polpa de limão 200ml PÃO DE LEITE 50G CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G MAÇÃ 100G	Arroz 100g ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G Maçã 100g	SUCO POLPA D EUVA 200ML BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G MAÇÃ 100G
	SEGUNDA-FEIRA 07/04	TERÇA-FEIRA 08/04	QUARTA-FEIRA 09/04	QUINTA-FEIRA 10/04	SEXTA-FEIRA 11/04
CM3	Suco polpa de manga 200ml Pão de leite fatiado 50g Requeijão Cremoso 15g MAÇÃ 100G	CHÁ DE CAMOMILA 190ML PÃO DE LEITE 50G Queijo 20g MAÇÃ 100G	Leite com aroma de baunilha 190ml BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G MAÇÃ 100G	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML PÃO FRANCÊS 50G Margarina 10g MAÇÃ 100G	Leite com chocolate em pó 190ml Biscoito maisena 50g Maçã 100g
Almoço A3	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90G Peito de frango grelhado 100g CENOURA REFOGADA 30G Salada de pepino 30g MAÇÃ 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90G ISCAS DE CARNE REFOGADAS 100G FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G SALADA DE TOMATE 60G MAÇÃ 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90G Frango Assado 110g Abobrinha refogada 35g SALADA DE CENOURA 25G MAÇÃ 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90G Bife à milanesa 100g Batata refogada 50g SALADA DE REPOLHO 40G MAÇÃ 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 100G Batata doce assada 50g Salada de beterraba 50g MAÇÃ 100G
LI3	Macarrão parafuso 100g ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G MAÇÃ 100G	Leite com aroma de coco 190ml BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G MAÇÃ 100G	Batata Refogada 100g ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G MAÇÃ 100G	ARROZ 100G FEIJÃO CARIOCA 90G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G MAÇÃ 100G	Suco polpa de limão 200ml Pão de leite 50g CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G MAÇÃ 100G

	SEGUNDA-FEIRA 14/04	TERÇA-FEIRA 15/04	QUARTA-FEIRA 16/04	QUINTA-FEIRA 17/04	SEXTA-FEIRA 18/04
CM3	CHÁ DE CAMOMILA 190ML PÃO FRANCÊS 50G Requeijão cremoso 15g MAÇÃ 100G	Vitamina de banana 180ml BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G MAÇÃ 100G	logurte de morango 180ml Biscoito rosquinha 50g Maçã 100g	Leite com chocolate em pó 190ml Pão de leite 50g Manteiga 10g MAÇÃ 100G	FERIADO
Almoço A3	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90G CARNE MOÍDA REFOGADA 100G Batata salsa sauté 40g SALADA DE REPOLHO 40G MAÇÃ 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90G Peito de frango a milanesa 100g Abobrinha refogada 35g SALADA DE ALFACE 15G MAÇÃ 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90G BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G Macarrão alho e óleo 80g SALADA DE CENOURA 25G MAÇÃ 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO PRETO 90G ISCAS DE CARNE REFOGADAS 100G FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G SALADA DE TOMATE 60G MAÇÃ 100G	
LI3	MACARRÃO PARAFUSO 100G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G MAÇÃ 100G	Suco polpa de laranja 200ml PÃO DE LEITE 50G Carne moída refogada para pão 60g MAÇÃ 100G	Suco polpa de manga 200ml PÃO DE LEITE 50G Hambúrguer de carne assado 42g Queijo 10g/Tomate (rodela) 15g MAÇÃ 100G	Batata refogada 100g BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G MAÇÃ 100G	
	SEGUNDA-FEIRA 21/04	TERÇA-FEIRA 22/04	QUARTA-FEIRA 23/04	QUINTA-FEIRA 24/04	SEXTA-FEIRA 25/04
CM3	FERIADO	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML PÃO FRANCÊS 50G Requeijão cremoso 15g MAÇÃ 100G	Vitamina de polpa de morango 180ml BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G MAÇÃ 100G	Leite com aroma de coco 190 ml BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G MAÇÃ 100G	Suco polpa de goiaba 200ml PÃO DE LEITE 50G Queijo 20g MAÇÃ 100G
Almoço A3		Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90G BIFE GRElhADO 100G BATATA REFOGADA 50G Salada de repolho 40g MAÇÃ 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90G Frango assado 110g Cenoura refogada 30g Salada de pepino 30g MAÇÃ 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90G ISCAS DE CARNE REFOGADAS 100G Abóbora refogada 58g Salada de alface 15g MAÇÃ 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 100G MACARRÃO ALHO E ÓLEO 80G SALADA DE TOMATE 60G MAÇÃ 100G
LI3		Macarrão parafuso 100g ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G MAÇÃ 100G	Suco polpa de acerola 200ml PÃO FRANCÊS 50G FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G MAÇÃ 100G	ARROZ 100G BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G Maçã 100g	logurte de morango 180ml BISCOITO DE LEITE 50G MAÇÃ 100G

	SEGUNDA-FEIRA 28/04	TERÇA-FEIRA 29/04	QUARTA-FEIRA 30/04	
CM3	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML PÃO DE LEITE 50G Manteiga 10g MAÇÃ 100G	CHÁ DE CAMOMILA 190ML PÃO DE LEITE 50G Queijo 20g MAÇÃ 100G	Leite com chocolate em pó 190ml BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G MAÇÃ 100G	
Almoço A3	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90G CARNE MOÍDA REFOGADA 100G Macarrão alho e óleo 80g Salada de tomate 60g MAÇÃ 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90G BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G BATATA REFOGADA 50G Salada de cenoura 25g MAÇÃ 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90G Peito de frango grelhado 100g Abobrinha refogada 35g Salada de beterraba 50g MAÇÃ 100G	
LI3	Arroz 100g ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G MAÇÃ 100G	LEITE 190ML BISCOITO ROSQUINHA 50G Maçã 100g	Suco polpa de laranja 200ml Pão de leite 50g Isclas de carne refogadas 50g MAÇÃ 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 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.