

CARDAPIO INTEGRAL 3 - ABRIL 2025

SELETIVIDADE ALIMENTAR COM MOLHO

 <i>Jaqueline Martins dos Santos Samito</i> Gerência de Alimentação Matrícula 191822 Nutricionista/CRN-8 6266 <i>Lucrecia Bakovetz</i> Gerência de Alimentação Matrícula 192195 Nutricionista/CRN-8 9930 <i>Juliana R. de 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	Vitamina de manga 180ml Biscoito de leite 50g	Leite 190 ml BISCOITO ROSQUINHA 50G	Suco polpa de morango 200ml PÃO FRANCÊS 50G Queijo 20g MAÇÃ 100G
Almoço A3		BANANA 120G Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90G Peito de frango à milanesa 100g Abóbora refogada 30g SALADA DE TOMATE 60G LARANJA 100G	MAÇÃ 100G Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 100G MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 80G Salada de beterraba 50g BANANA 120G	Banana 120g Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90G BIFE COM MOLHO 100G BATATA REFOGADA 50G Salada de alface 15g LARANJA 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90G Almôndegas de carne assada ao sugo 100g PURÊ DE BATATA 40G SALADA DE REPOLHO 40G Laranja 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 LARANJA 100G	Arroz 100g MOLHO DE CARNE 50G Maçã 100g	SUCO POLPA D EUVA 200ML BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G BANANA 120G
	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 BANANA 120G	CHÁ DE CAMOMILA 190ML PÃO DE LEITE 50G Queijo 20g MAÇÃ 100G	Leite com aroma de baunilha 190ml BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G BANANA 120G	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 FRANGO AO MOLHO 110G CENOURA REFOGADA 30G Salada de pepino 30g Laranja 100g	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90G Barreado 110G PURÊ DE BATATA 40G SALADA DE TOMATE 60G LARANJA 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90G FRANGO AO MOLHO 110G Abobrinha refogada 35g SALADA DE CENOURA 25G Laranja 100g	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90G Bife à milanesa 100g Batata refogada 50g SALADA DE REPOLHO 40G LARANJA 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90G Fricassé de frango 110g POLENTA CREMOSA 90G Salada de beterraba 50g BANANA 120G
LI3	MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 100G MOLHO DE FRANGO 50G MAÇÃ 100G	Leite com aroma de coco 190ml BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G BANANA 120G	Batata Refogada 100g MOLHO DE CARNE 50G MAÇÃ 100G	ARROZ 100G FEIJÃO CARIOCA 90G MOLHO DE FRANGO 50G Banana 120g	Suco polpa de limão 200ml Pão de leite 50g CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G LARANJA 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 BANANA 120G	FERIADO
Almoço A3	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90G Strgonofe de carne 110g Batata salsa sauté 40g SALADA DE REPOLHO 40G LARANJA 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90G Peito de frango a milanesa 100g Abobrinha refogada 35g SALADA DE ALFACE 15G LARANJA 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90G Almôndegas de frango assada ao sugo 100g MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 80G SALADA DE CENOURA 25G BANANA 120G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO PRETO 90G Bife com molho 100g PURÊ DE BATATA 40G SALADA DE TOMATE 60G LARANJA 100G	
LI3	MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 100G MOLHO DE FRANGO 50G Banana 120g	Suco polpa de laranja 200ml PÃO DE LEITE 50G Carne moída refogada para pão 60g BANANA 120G	Suco polpa de manga 200ml PÃO DE LEITE 50G Hambúrguer de carne assado 42g Queijo 10g/Tomate (rodela) 15g LARANJA 100G	Batata refogada 100g BOLINHO DE CARNE AO MOLHO 70G 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 BANANA 120G	Vitamina de polpa de morango 180ml BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G LARANJA 100G	Leite com aroma de coco 190 ml BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G BANANA 120G	Suco polpa de goiaba 200ml PÃO DE LEITE 50G Queijo 20g MAÇÃ 100G
Almoço A3		Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90G Picadinho de carne 100g Purê de batata 40g Salada de repolho 40g LARANJA 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90G FRANGO AO MOLHO 110G Cenoura refogada 30g Salada de pepino 30g MAÇÃ 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90G Carne de panela com ervas 100g Abóbora refogada 58g Salada de alface 15g Laranja 100g	Arroz branco 110g FEIJÃO CARIOCA 90G Frango ao molho 110g Quirera 90g SALADA DE TOMATE 60G LARANJA 100G
LI3		MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 100G MOLHO DE CARNE 50G MAÇÃ 100G	Suco polpa de acerola 200ml PÃO FRANCÊS 50G FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G BANANA 120G	ARROZ 100G BOLINHO DE CARNE AO MOLHO 70G Maçã 100g	logurte de morango 180ml BISCOITO DE LEITE 50G Banana 120g

	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 BANANA 120G	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 PARAFUSO AO SUGO 80G Salada de tomate 60g LARANJA 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90G Almôndegas de carne ao sugo 100g Polenta cremosa 90g Salada de cenoura 25g LARANJA 100G	Arroz branco 110g FEIJÃO PRETO 90G FRANGO AO MOLHO 110G Abobrinha refogada 35g Salada de beterraba 50g LARANJA 100G	
LI3	Arroz 100g MOLHO DE FRANGO 50G Banana 120g	LEITE 190ML BISCOITO ROSQUINHA 50G Maçã 100g	Suco polpa de laranja 200ml Pão de leite 50g MOLHO DE CARNE 50G BANANA 120G	

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.