

## CARDÁPIO INTEGRAL 3 - ABRIL 2025

## SELETIVIDADE ALIMENTAR MACARRÃO

| <div>  <div> <p><i>Jaqueline Martins dos Santos Stamato</i><br/>Gerência de Alimentação<br/>Matrícula 191822<br/>Nutricionista/CRN-8 6266</p> <p><i>Lucrecia Baskovitz</i><br/>Gerência de Alimentação<br/>Matrícula 192195<br/>Nutricionista/CRN-8 9930</p> <p><i>Juliana R. de Guedes</i><br/>Gerência de Alimentação<br/>Matrícula 184452<br/>Nutricionista/CRN-8 6775</p> </div> </div> |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                           | TERÇA-FEIRA 01/04                                                                                                                                                                                   | QUARTA-FEIRA 02/04                                                                                                                                                                    | QUINTA-FEIRA 03/04                                                                                                                                                    | SEXTA-FEIRA 04/04                                                                                                                                                                      |
| CM3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                           | <b>CHÁ DE CAMOMILA 190 ML</b><br>Bolo de chocolate sem cobertura 50g<br><br><b>BANANA 120G</b>                                                                                                      | Vitamina de manga 180ml<br>Biscoito de leite 50g<br><br><b>MAÇÃ 100G</b>                                                                                                              | Leite 190 ml<br><b>BISCOITO ROSQUINHA 50G</b><br><br>Banana 120g                                                                                                      | Suco polpa de morango 200ml<br><b>PÃO FRANCÊS 50G</b><br>Queijo 20g<br><b>MAÇÃ 100G</b>                                                                                                |
| Almoço A3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                           | <b>MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G</b><br><b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b><br>Peito de frango à milanesa 100g<br>Abóbora refogada 30g<br><b>SALADA DE TOMATE 60G</b><br><b>LARANJA 100G</b>                      | <b>MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G</b><br><b>FEIJÃO PRETO 90G</b><br><b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 100G</b><br><b>BRÓCOLIS REFOGADO 50G</b><br>Salada de beterraba 50g<br><b>BANANA 120G</b> | <b>MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G</b><br><b>FEIJÃO PRETO 90G</b><br>Bife grelhado 100g<br><b>BATATA REFOGADA 50G</b><br>Salada de alface 15g<br><b>LARANJA 100G</b>        | <b>MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G</b><br><b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b><br><b>BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G</b><br>Farinha de mandioca torrada 35g<br><b>SALADA DE REPOLHO 40G</b><br>Laranja 100g |
| LI3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                           | Suco polpa de laranja 200ml<br><b>PÃO FRANCÊS 50G</b><br><b>FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</b><br><b>MAÇÃ 100G</b>                                                                                    | Suco polpa de limão 200ml<br><b>PÃO DE LEITE 50G</b><br><b>CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G</b><br><b>LARANJA 100G</b>                                                               | <b>MACARRÃO PARAFUSO 100G</b><br><b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</b><br><br>Maçã 100g                                                                                 | <b>SUCO POLPA D EUVA 200ML</b><br><b>BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G</b><br><br><b>BANANA 120G</b>                                                                                 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 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<br><br>Pão de leite fatiado 50g<br>Requeijão Cremoso 15g<br><b>BANANA 120G</b>                                                                  | <b>CHÁ DE CAMOMILA 190ML</b><br><br><b>PÃO DE LEITE 50G</b><br>Queijo 20g<br><b>MAÇÃ 100G</b>                                                                                                       | Leite com aroma de baunilha 190ml<br><b>BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G</b><br><br><b>BANANA 120G</b>                                                                             | <b>LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</b><br><br><b>PÃO FRANCÊS 50G</b><br>Margarina 10g<br><b>MAÇÃ 100G</b>                                                             | Leite com chocolate em pó 190ml<br><br>Biscoito maisena 50g<br>Maçã 100g                                                                                                               |
| Almoço A3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G</b><br><b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b><br>Peito de frango grelhado 100g<br><br><b>CENOURA REFOGADA 30G</b><br>Salada de pepino 30g<br>Laranja 100g | <b>MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G</b><br><b>FEIJÃO PRETO 90G</b><br><b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 100G</b><br><b>FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</b><br><b>SALADA DE TOMATE 60G</b><br><b>LARANJA 100G</b> | <b>MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G</b><br><b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b><br>Frango Assado 110g<br><br>Abobrinha refogada 35g<br><b>SALADA DE CENOURA 25G</b><br>Laranja 100g                     | <b>MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G</b><br><b>FEIJÃO PRETO 90G</b><br>Bife à milanesa 100g<br><br>Batata refogada 50g<br><b>SALADA DE REPOLHO 40G</b><br><b>LARANJA 100G</b> | <b>MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G</b><br><b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b><br><b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 100G</b><br><br>Batata doce assada 50g<br>Salada de beterraba 50g<br><b>BANANA 120G</b>  |
| LI3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Macarrão parafuso 100g<br><b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</b><br><br><b>MAÇÃ 100G</b>                                                                                    | Leite com aroma de coco 190ml<br><b>BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G</b><br><br><b>BANANA 120G</b>                                                                                               | <b>MACARRÃO PARAFUSO 100G</b><br><b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</b><br><br><b>MAÇÃ 100G</b>                                                                                          | <b>MACARRÃO PARAFUSO 100G</b><br><br><b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</b><br>Banana 120g                                                                              | Suco polpa de limão 200ml<br>Pão de leite 50g<br><b>CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G</b><br><b>LARANJA 100G</b>                                                                       |

|           | 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<br>PÃO FRANCÊS 50G<br>Requeijão cremoso 15g<br>MAÇÃ 100G                                                                    | Vitamina de banana 180ml<br>BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G<br><br>MAÇÃ 100G                                                                         | logurte de morango 180ml<br><br>Biscoito rosquinha 50g<br><br>Maçã 100g                                                                        | Leite com chocolate em pó 190ml<br><br>Pão de leite 50g<br><br>Manteiga 10g<br>BANANA 120G                                                                | FERIADO                                                                                                                                                      |
| Almoço A3 | MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G<br>FEIJÃO PRETO 90G<br>CARNE MOÍDA REFOGADA 100G<br><br>Batata salsa sauté 40g<br>SALADA DE REPOLHO 40G<br>LARANJA 100G | MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G<br>FEIJÃO CARIOCA 90G<br>Peito de frango a milanesa 100g<br><br>Abobrinha refogada 35g<br>SALADA DE ALFACE 15G<br>LARANJA 100G | MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G<br>FEIJÃO CARIOCA 90G<br>BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G<br><br>AIPIM COZIDO 65G<br>SALADA DE CENOURA 25G<br>BANANA 120G | MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G<br>FEIJÃO PRETO 90G<br>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 100G<br>FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G<br>SALADA DE TOMATE 60G<br>LARANJA 100G |                                                                                                                                                              |
| LI3       | MACARRÃO PARAFUSO 100G<br>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G<br><br>Banana 120g                                                                        | Suco polpa de laranja 200ml<br>PÃO DE LEITE 50G<br><br>Carne moída refogada para pão 60g<br>BANANA 120G                                                  | Suco polpa de manga 200ml<br>PÃO DE LEITE 50G<br><br>Hambúrguer de carne assado 42g<br>Queijo 10g/Tomate (rodela) 15g<br>LARANJA 100G          | MACARRÃO PARAFUSO 100G<br>BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G<br><br>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<br>PÃO FRANCÊS 50G<br>Requeijão cremoso 15g<br>BANANA 120G                                                               | Vitamina de polpa de morango 180ml<br>BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G<br><br>LARANJA 100G                                                  | Leite com aroma de coco 190 ml<br>BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G<br><br>BANANA 120G                                                                  | Suco polpa de goiaba 200ml<br>PÃO DE LEITE 50G<br>Queijo 20g<br>MAÇÃ 100G                                                                                    |
| Almoço A3 |                                                                                                                                                   | MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G<br>FEIJÃO PRETO 90G<br>BIFE GRELHADO 100G<br><br>BATATA REFOGADA 50G<br>Salada de repolho 40g<br>LARANJA 100G                  | MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G<br>FEIJÃO CARIOCA 90G<br>Frango assado 110g<br><br>Cenoura refogada 30g<br>Salada de pepino 30g<br>MAÇÃ 100G         | MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G<br>FEIJÃO PRETO 90G<br>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 100G<br><br>Abóbora refogada 58g<br>Salada de alface 15g<br>Laranja 100g        | MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G<br>FEIJÃO CARIOCA 90G<br>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 100G<br>FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G<br>SALADA DE TOMATE 60G<br>LARANJA 100G |
| LI3       |                                                                                                                                                   | Macarrão parafuso 100g<br>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G<br>MAÇÃ 100G                                                                                      | Suco polpa de acerola 200ml<br>PÃO FRANCÊS 50G<br>FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G<br>BANANA 120G                                                  | MACARRÃO PARAFUSO 100G<br>BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G<br><br>Maçã 100g                                                                                    | logurte de morango 180ml<br>BISCOITO DE LEITE 50G<br><br>Banana 120g                                                                                         |

|           | SEGUNDA-FEIRA 28/04                                                                                                                                                             | TERÇA-FEIRA 29/04                                                                                                                                                                 | QUARTA-FEIRA 30/04                                                                                                                                                       |  |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| CM3       | <b>LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</b><br><br><b>PÃO DE LEITE 50G</b><br>Manteiga 10g<br><b>MAÇÃ 100G</b>                                                                       | <b>CHÁ DE CAMOMILA 190ML</b><br><br><b>PÃO DE LEITE 50G</b><br>Queijo 20g<br><b>BANANA 120G</b>                                                                                   | Leite com chocolate em pó 190ml<br><br><b>BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA 50G</b><br><br><b>MAÇÃ 100G</b>                                                                |  |
| Almoço A3 | <b>MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G</b><br><b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b><br><b>CARNE MOÍDA REFOGADA 100G</b><br><b>CENOURA REFOGADA 30G</b><br>Salada de tomate 60g<br><b>LARANJA 100G</b> | <b>MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G</b><br><b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b><br><b>BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G</b><br><b>BATATA REFOGADA 50G</b><br>Salada de cenoura 25g<br><b>LARANJA 100G</b> | <b>MACARRÃO ALHO E ÓLEO 180G</b><br><b>FEIJÃO PRETO 90G</b><br>Peito de frango grelhado 100g<br>Abobrinha refogada 35g<br>Salada de beterraba 50g<br><b>LARANJA 100G</b> |  |
| LI3       | <b>MACARRÃO PARAFUSO 100G</b><br><b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</b><br>Banana 120g                                                                                            | <b>LEITE 190ML</b><br><b>BISCOITO ROSQUINHA 50G</b><br>Maçã 100g                                                                                                                  | Suco polpa de laranja 200ml<br>Pão de leite 50g<br>Isclas de carne refogadas 50g<br><b>BANANA 120G</b>                                                                   |  |

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.