



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

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

Juliana R. D. Guedes
Gerência de Alimentação
Matrícula 184452
Nutricionista/CRN-8 6775

CARDÁPIO INTEGRAL 3 - ABRIL 2025
SELETIVIDADE ALIMENTAR SEM GLÚTEN E LEITE

		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, SEM GLÚTEN E LEITE 50G BANANA 120G	VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G MAÇÃ 100G	LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G BANANA 120G	SUCO POLPA DE MORANGO 200ML PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G REQUEIJÃO DE SOJA 15G MAÇÃ 100G
Almoço A3		ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90G PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G ABÓBORA REFOGADA 30G SALADA DE TOMATE 60G LARANJA 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO PRETO 90G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 100G MACARRÃO SEM GLÚTEN ALHO E ÓLEO 80G SALADA DE BETERRABA 50G BANANA 120G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO PRETO 90G BIFE GRELHADO 100G BATATA REFOGADA 50G SALADA DE ALFACE 15G LARANJA 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90G CARNE MOÍDA REFOGADA 100G FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G SALADA DE REPOLHO 40G LARANJA 100G
LI3		SUCO POLPA DE LARANJA 200ML PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G MAÇÃ 100G	SUCO POLPA DE LIMÃO 200ML PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G LARANJA 100G	ARROZ 100G ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G MAÇÃ 100G	SUCO POLPA DE UVA 200ML BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA, SEM GLÚTEN E LEITE 50G BANANA 120G
		SEGUNDA-FEIRA 07/04	TERÇA-FEIRA 08/04	QUARTA-FEIRA 09/04	QUINTA-FEIRA 10/04
CM3		SUCO POLPA DE MANGA 200ML PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G REQUEIJÃO DE SOJA 15G BANANA 120G	CHÁ DE CAMOMILA 190ML PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G REQUEIJÃO DE SOJA 15G MAÇÃ 100G	LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA, SEM GLÚTEN E LEITE 50G BANANA 120G	LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G MARGARINA SEM LEITE 10G MAÇÃ 100G
Almoço A3		ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90G PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G CENOURA REFOGADA 30G SALADA DE PEPINO 30G LARANJA 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO PRETO 90G ISCAS DE CARNE REFOGADAS 100G FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G SALADA DE TOMATE 60G LARANJA 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90G FRANGO ASSADO 110G ABOBRINHA REFOGADA 35G SALADA DE CENOURA 25G LARANJA 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO PRETO 90G BIFE GRELHADO 100G BATATA REFOGADA 50G SALADA DE REPOLHO 40G LARANJA 100G
LI3		MACARRÃO PARAFUSO SEM GLÚTEN 100G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G MAÇÃ 100G	LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA, SEM GLÚTEN E LEITE 50G BANANA 120G	BATATA REFOGADA 100G ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G MAÇÃ 100G	ARROZ 100G FEIJÃO CARIOCA 90G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G BANANA 120G
					SEXTA-FEIRA 11/04
					LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G MAÇÃ 100G ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 100G BATATA DOCE ASSADA 50G SALADA DE BETERRABA 50G BANANA 120G SUCO POLPA DE LIMÃO 200ML PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 SEM GLÚTEN E LEITE 50G REQUEIJÃO DE SOJA 15G MAÇÃ 100G	VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA, SEM GLÚTEN E LEITE 50G MAÇÃ 100G	IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G MAÇÃ 100G	LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G MARGARINA SEM LEITE 10G BANANA 120G	FERIADO
Almoço A3	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO PRETO 90G CARNE MOÍDA REFOGADA 100G BATATA SALSA SAUTÉ 40G SALADA DE REPOLHO 40G LARANJA 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90G PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G ABOBRINHA REFOGADA 35G SALADA DE ALFACE 15G LARANJA 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90G CARNE MOÍDA REFOGADA 100G MACARRÃO SEM GLÚTEN ALHO E ÓLEO 80G SALADA DE CENOURA 25G BANANA 120G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO PRETO 90G ISCAS DE CARNE REFOGADAS 100G FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G SALADA DE TOMATE 60G LARANJA 100G	
LI3	MACARRÃO PARAFUSO SEM GLÚTEN 100G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G BANANA 120G	SUCO POLPA DE LARANJA 200ML PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G CARNE MOÍDA REFOGADA PARA PÃO 60G BANANA 120G	SUCO POLPA DE MANGA 200ML PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G LARANJA 100G	BATATA REFOGADA 100G CARNE MOÍDA REFOGADA 100G 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 DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G REQUEIJÃO DE SOJA 15G BANANA 120G	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA, SEM GLÚTEN E LEITE 50G LARANJA 100G	LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA, SEM GLÚTEN E LEITE 50G BANANA 120G	SUCO POLPA DE GOIABA 200ML PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G REQUEIJÃO DE SOJA 15G MAÇÃ 100G
Almoço A3		ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO PRETO 90G BIFE GRELHADO 100G BATATA REFOGADA 50G SALADA DE REPOLHO 40G LARANJA 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 LARANJA 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 100G MACARRÃO SEM GLÚTEN ALHO E ÓLEO 80G SALADA DE TOMATE 60G LARANJA 100G
LI3		MACARRÃO PARAFUSO SEM GLÚTEN 100G ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G MAÇÃ 100G	SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G BANANA 120G	ARROZ 100G CARNE MOÍDA REFOGADA 100G MAÇÃ 100G	IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G BANANA 120G

	SEGUNDA-FEIRA 28/04	TERÇA-FEIRA 29/04	QUARTA-FEIRA 30/04	
CM3	LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G MARGARINA SEM LEITE 10G MAÇÃ 100G	CHÁ DE CAMOMILA 190ML PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G REQUEIJÃO DE SOJA 15G BANANA 120G	LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA, SEM GLÚTEN E LEITE 50G MAÇÃ 100G	
Almoço A3	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90G CARNE MOÍDA REFOGADA 100G MACARRÃO SEM GLÚTEN ALHO E ÓLEO 80G SALADA DE TOMATE 60G LARANJA 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO CARIOCA 90G CARNE MOÍDA REFOGADA 100G BATATA REFOGADA 50G SALADA DE CENOURA 25G LARANJA 100G	ARROZ BRANCO 110G FEIJÃO PRETO 90G PEITO DE FRANGO GRELHADO 100G ABOBRINHA REFOGADA 35G SALADA DE BETERRABA 50G LARANJA 100G	
LI3	ARROZ 100G ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G BANANA 120G	LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G MAÇÃ 100G	SUCO POLPA DE LARANJA 200ML PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ISCAS DE CARNE REFOGADAS 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-logistica/gerencia-de-alimentacao/cardapios/cardapios-escolas

Qualquer informação ou consideração favor contactar a Gerência de Alimentação pelos ramais 3093 e 3658.