

Observações						
Este cardápio é destinado aos estudantes que frequentam as Escolas do município de Curitiba/PR e foi elaborado por nutricionistas da Secretaria Municipal da Educação seguindo as normativas da Resolução nº6 de 2020 do FNDE no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Dúvidas e informações favor entrar em contato com a Gerência de Alimentação pelo número 3350-3093.						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
REGULAR TARDE		• MAÇÃ (1 un / 100G) • RISOTO DE CARNE E ABÓBORA 150G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • SANDUÍCHE NATURAL 100G	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE BATATA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,91 Lipídios (g): 4,68 Carboidrato (g): 43,43 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 113,96 Vitamina C (mg): 3,18 Energia (Kcal): 269,48					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO DE HAMBÚRGUER (1 un / 50G) • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO (1 un / 42G) • QUEIJO (1 un / 20G)	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE 20G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • BANANA (1 un / 130G)	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 20G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,43 Lipídios (g): 6,92 Carboidrato (g): 49,66 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 48,70 Vitamina C (mg): 6,57 Energia (Kcal): 296,83					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
REGULAR TARDE	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• CANJICA 200G • BANANA (1 un / 130G)	• PURÊ DE BATATA 80G • MOLHO DE CARNE E CENOURA 50G • MELÃO FATIADO 150G	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO DE BATATA (1 un / 50G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,56 Lipídios (g): 7,31 Carboidrato (g): 56,17 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2330,67 Vitamina C (mg): 22,95 Energia (Kcal): 357,62					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 14,70 Lipídios (g): 6,45 Carboidrato (g): 50,33 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 896,30 Vitamina C (mg): 11,60 Energia (Kcal): 311,48					