

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
INTEGRAL MANHÃ		<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 20G) • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190ML • BOLO DE CENOURA (1 un / 50G) 		RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 20G) • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190ML • BOLO DE CENOURA (1 un / 50G) 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,72 Lipídios (g): 19,92 Carboidrato (g): 135,51 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 211,20 Vitamina C (mg): 25,70 Energia (Kcal): 788,29					

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
INTEGRAL MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190ML • CHINEQUE DE UVA (1 un / 60G) • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO 180ML • PÃO DE CENOURA (1 un / 50G) • MANTEIGA 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • QUEIJO (1 un / 20G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 20G)
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190ML • CHINEQUE DE UVA (1 un / 60G) • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO 180ML • PÃO DE CENOURA (1 un / 50G) • MANTEIGA 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • QUEIJO (1 un / 20G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 20G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,34 Lipídios (g): 22,74 Carboidrato (g): 110,07 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 199,39 Vitamina C (mg): 3,91 Energia (Kcal): 715,96					

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
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA 50G • MAMÃO FATIADO 85G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE ABÓBORA (1 un / 50G) • MANTEIGA 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180G • BISCOITO ROSQUINHA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 		
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA 50G • MAMÃO FATIADO 85G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE ABÓBORA (1 un / 50G) • MANTEIGA 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180G • BISCOITO ROSQUINHA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,81 Lipídios (g): 23,57 Carboidrato (g): 116,20 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 206,35 Vitamina C (mg): 48,26 Energia (Kcal): 750,15					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 20,25 Lipídios (g): 22,27 Carboidrato (g): 119,24 Energia (Kcal): 748,12					