

| 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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150G</li> <li>BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>PÃO DE BATATA (1 un / 50G)</li> <li>CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML</li> <li>SANDUÍCHE NATURAL 100G</li> </ul> |                    | RECESSO ESCOLAR |
| Tabela Nutricional                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                      |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                 |                                                                                                               |                    |                 |
| Cálculo Semanal                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Proteína (g): 14,25 Lipídios (g): 4,46 Carboidrato (g): 50,54 Energia (Kcal): 294,03 |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                 |                                                                                                               |                    |                 |

| 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    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SAGU DE UVA 150G</li> <li>• CREME DE LEITE 20G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G</li> <li>• PONKAN (1 un / 120G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML</li> <li>• PÃO DE HAMBÚRGUER (1 un / 50G)</li> <li>• HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO (1 un / 42G)</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL FATIADO 50G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul> |
| <b>Tabela Nutricional</b> |                                                                                      |                    |                                                                                                                                  |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                              |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 11,23 Lipídios (g): 6,90 Carboidrato (g): 44,79 Energia (Kcal): 278,43 |                    |                                                                                                                                  |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                              |

| 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      | <ul style="list-style-type: none"> <li>PURÊ DE BATATA 80G</li> <li>MOLHO DE CARNE E CENOURA 50G</li> <li>BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>SUCO POLPA DE TANGERINA 200ML</li> <li>PÃO DE BATATA (1 un / 50G)</li> <li>FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>CANJICA 200G</li> <li>MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150G</li> <li>PONKAN (1 un / 120G)</li> </ul> |                    |               |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                             |                                                                                            |                                                                                                                 |                    |               |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 18,35 Lipídios (g): 7,62 Carboidrato (g): 56,75 Energia (Kcal): 355,50                                                     |                                                                                                                                                             |                                                                                            |                                                                                                                 |                    |               |
| Cálculo Mensal     | Proteína (g): 14,64 Lipídios (g): 6,50 Carboidrato (g): 50,71 Energia (Kcal): 310,71                                                     |                                                                                                                                                             |                                                                                            |                                                                                                                 |                    |               |