

Observações

Este cardápio é destinado às crianças que frequentam os Centros Municipais de Educação Infantil 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 3350-3049.

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
DESJEJUM					• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
COLAÇÃO						
ALMOÇO					• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
LANCHE					• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
JANTAR					• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,54 Lipídios (g): 39,10 Carboidrato (g): 82,72 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 857,28 Vitamina C (mg): 165,44 Energia (Kcal): 747,49					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 04/08	Terça-Feira, 05/08	Quarta-Feira, 06/08	Quinta-Feira, 07/08	Sexta-Feira, 08/08	Sábado, 09/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
COLAÇÃO						
ALMOÇO	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
LANCHE	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
JANTAR	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,54 Lipídios (g): 39,10 Carboidrato (g): 82,72 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 857,28 Vitamina C (mg): 165,44 Energia (Kcal): 747,49					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/08	Terça-Feira, 12/08	Quarta-Feira, 13/08	Quinta-Feira, 14/08	Sexta-Feira, 15/08	Sábado, 16/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
COLAÇÃO						
ALMOÇO	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
LANCHE	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
JANTAR	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,54 Lipídios (g): 39,10 Carboidrato (g): 82,72 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 857,28 Vitamina C (mg): 165,44 Energia (Kcal): 747,49					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/08	Terça-Feira, 19/08	Quarta-Feira, 20/08	Quinta-Feira, 21/08	Sexta-Feira, 22/08	Sábado, 23/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
COLAÇÃO						
ALMOÇO	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
LANCHE	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
JANTAR	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,54 Lipídios (g): 39,10 Carboidrato (g): 82,72 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 857,28 Vitamina C (mg): 165,44 Energia (Kcal): 747,49					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 25/08	Terça-Feira, 26/08	Quarta-Feira, 27/08	Quinta-Feira, 28/08	Sexta-Feira, 29/08	Sábado, 30/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
COLAÇÃO						
ALMOÇO	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
LANCHE	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
JANTAR	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 1 240ML	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,54 Lipídios (g): 39,10 Carboidrato (g): 82,72 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 857,28 Vitamina C (mg): 165,44 Energia (Kcal): 747,49					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 16,54 Lipídios (g): 39,10 Carboidrato (g): 82,72 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 857,28 Vitamina C (mg): 165,44 Energia (Kcal): 747,49					

Observações

Este cardápio é destinado às crianças que frequentam os Centros Municipais de Educação Infantil 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 3350-3049.

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
DESJEJUM					• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO					• MAÇÃ 75G	
ALMOÇO					• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G • ABOBRINHA REFOGADA 50G	
LANCHE					• MELÃO 119G • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
JANTAR					• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 30,48 Lipídios (g): 28,51 Carboidrato (g): 132,70 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 650,37 Vitamina C (mg): 100,97 Energia (Kcal): 864,91					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 04/08	Terça-Feira, 05/08	Quarta-Feira, 06/08	Quinta-Feira, 07/08	Sexta-Feira, 08/08	Sábado, 09/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• MAMÃO 60G	• BANANA PRATA 100G	• MAMÃO 60G	• BANANA PRATA 100G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE CARNE 30G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO COM BATATA 50G • BRÓCOLIS COZIDO 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • CHUCHU REFOGADO 35G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 40G • POLENTA 100G	
LANCHE	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAÇÃ COZIDA 105G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • ABACATE 60G	• PERA COZIDA 75G • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• MAÇÃ COZIDA 105G • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
JANTAR	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 33,66 Lipídios (g): 29,71 Carboidrato (g): 150,56 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 736,00 Vitamina C (mg): 131,55 Energia (Kcal): 954,27					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/08	Terça-Feira, 12/08	Quarta-Feira, 13/08	Quinta-Feira, 14/08	Sexta-Feira, 15/08	Sábado, 16/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• BANANA PRATA 100G	• MAÇÃ 75G	• MAMÃO 60G	• MELÃO 119G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • OVOS MEXIDOS 40G • CENOURA REFOGADA 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • QUIRERA 60G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE CARNE 30G • BATATA SALSA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • FEIJÃO PRETO 60G • COUVE-FLOR REFOGADA 40G	
LANCHE	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PAPA DE MAÇÃ COM LARANJA 110G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAMÃO 60G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MELÃO 119G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • BANANA PRATA 100G	
JANTAR	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 33,05 Lipídios (g): 29,00 Carboidrato (g): 151,58 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 786,05 Vitamina C (mg): 138,49 Energia (Kcal): 951,58					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/08	Terça-Feira, 19/08	Quarta-Feira, 20/08	Quinta-Feira, 21/08	Sexta-Feira, 22/08	Sábado, 23/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• BANANA PRATA 100G	• PERA 75G	• MAMÃO 60G	• MELÃO 119G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE CARNE 30G • BATATA DOCE COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • CHUCHU REFOGADO 35G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • BATATA ENSOPADA 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • BRÓCOLIS COZIDO 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CENOURA REFOGADA 40G • ISCAS DE FÍGADO 30G	
LANCHE	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • BANANA PRATA 100G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAÇÃ COZIDA 105G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G	
JANTAR	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 32,98 Lipídios (g): 28,68 Carboidrato (g): 150,02 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1565,61 Vitamina C (mg): 120,69 Energia (Kcal): 942,36					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 25/08	Terça-Feira, 26/08	Quarta-Feira, 27/08	Quinta-Feira, 28/08	Sexta-Feira, 29/08	Sábado, 30/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO	• MAÇÃ 75G	• PERA 75G	• BANANA PRATA 100G	• MELÃO 119G	• MAÇÃ 75G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • POLENTA 100G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • OVOS MEXIDOS 40G • VAGEM REFOGADA 25G	• FEIJÃO PRETO 60G • ARROZ 75G • CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G • QUIBEBE 40G	
LANCHE	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MELÃO 119G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAMÃO 60G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PAPA DE MAÇÃ COM LARANJA 110G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • BANANA PRATA 100G	
JANTAR	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 31,85 Lipídios (g): 28,80 Carboidrato (g): 150,80 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 874,73 Vitamina C (mg): 118,38 Energia (Kcal): 940,26					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 32,77 Lipídios (g): 29,02 Carboidrato (g): 149,88 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 974,40 Vitamina C (mg): 126,03 Energia (Kcal): 943,20					

Observações

Este cardápio é destinado às crianças que frequentam os Centros Municipais de Educação Infantil 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 3350-3049.

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
DESJEJUM					• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO					• MAÇÃ 75G	
ALMOÇO					• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G • ABOBRINHA REFOGADA 50G	
LANCHE					• MELÃO 119G • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
JANTAR					• PAPA DE ABOBRINHA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,21 Lipídios (g): 21,70 Carboidrato (g): 132,86 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 437,69 Vitamina C (mg): 86,43 Energia (Kcal): 822,36					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 04/08	Terça-Feira, 05/08	Quarta-Feira, 06/08	Quinta-Feira, 07/08	Sexta-Feira, 08/08	Sábado, 09/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• MAMÃO 60G	• BANANA PRATA 100G	• MAMÃO 60G	• BANANA PRATA 100G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE CARNE 30G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO COM BATATA 50G • BRÓCOLIS COZIDO 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • CHUCHU REFOGADO 35G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 40G • POLENTA 100G	
LANCHE	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAÇÃ COZIDA 105G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • ABACATE 60G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAÇÃ COZIDA 105G	
JANTAR	• PAPA DE COUVE, FUBÁ E CARNE 200G	• PAPA DE BATATA DOCE, BRÓCOLIS, CHUCHU, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ARROZ, BATATA SALSA, CENOURA E CARNE 200G	• PAPA DE ARROZ, BRÓCOLIS, CENOURA, CHUCHU E FRANGO 200G	• PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FRANGO E MACARRÃO 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,87 Lipídios (g): 23,55 Carboidrato (g): 153,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 825,38 Vitamina C (mg): 116,82 Energia (Kcal): 929,48					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/08	Terça-Feira, 12/08	Quarta-Feira, 13/08	Quinta-Feira, 14/08	Sexta-Feira, 15/08	Sábado, 16/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• BANANA PRATA 100G	• MAÇÃ 75G	• MAMÃO 60G	• MELÃO 119G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • OVOS MEXIDOS 40G • CENOURA REFOGADA 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • QUIRERA 60G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE CARNE 30G • BATATA SALSA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • FEIJÃO PRETO 60G • COUVE-FLOR REFOGADA 40G	
LANCHE	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PAPA DE MAÇÃ COM LARANJA 110G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAMÃO 60G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MELÃO 119G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • BANANA PRATA 100G	
JANTAR	• PAPA DE FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G	• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 160G	• PAPA DE BATATA SALSA, CENOURA, CHUCHU, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ABOBRINHA, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE CENOURA, COUVE E CARNE 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,27 Lipídios (g): 22,67 Carboidrato (g): 151,12 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 837,26 Vitamina C (mg): 120,78 Energia (Kcal): 913,52					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/08	Terça-Feira, 19/08	Quarta-Feira, 20/08	Quinta-Feira, 21/08	Sexta-Feira, 22/08	Sábado, 23/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• BANANA PRATA 100G	• PERA 75G	• MAMÃO 60G	• MELÃO 119G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE CARNE 30G • BATATA DOCE COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • CHUCHU REFOGADO 35G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • BATATA ENSOPADA 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • BRÓCOLIS COZIDO 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FÍGADO 30G • CENOURA REFOGADA 40G	
LANCHE	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • BANANA PRATA 100G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAÇÃ COZIDA 105G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G	
JANTAR	• PAPA DE ABÓBORA, ABOBRINHA, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ESPINAFRE, LEGUMES, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ABOBRINHA, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE BATATA SALSA, BRÓCOLIS, FRANGO E MACARRÃO 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,24 Lipídios (g): 22,36 Carboidrato (g): 151,10 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1655,98 Vitamina C (mg): 97,96 Energia (Kcal): 914,84					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 25/08	Terça-Feira, 26/08	Quarta-Feira, 27/08	Quinta-Feira, 28/08	Sexta-Feira, 29/08	Sábado, 30/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO	• MAÇÃ 75G	• PERA 75G	• BANANA PRATA 100G	• MELÃO 119G	• MAÇÃ 75G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • POLENTA 100G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • OVOS MEXIDOS 40G • VAGEM REFOGADA 25G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G • QUIBEBE 40G	
LANCHE	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MELÃO 119G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAMÃO 60G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PAPA DE MAÇÃ COM LARANJA 110G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • BANANA PRATA 100G	
JANTAR	• PAPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ARROZ, BRÓCOLIS, CENOURA, CHUCHU E FRANGO 200G	• PAPA DE ABÓBORA, ESPINAFRE E FÍGADO 200G	• PAPA DE BATATA DOCE, COUVE-FLOR, ESCAROLA E FRANGO 200G	• PAPA DE ARROZ, BATATA SALSA, CENOURA E CARNE 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,51 Lipídios (g): 22,54 Carboidrato (g): 150,43 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1531,92 Vitamina C (mg): 101,00 Energia (Kcal): 893,47					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 38,55 Lipídios (g): 22,73 Carboidrato (g): 150,59 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1175,73 Vitamina C (mg): 108,06 Energia (Kcal): 908,52					

Observações

Este cardápio é destinado às crianças que frequentam os Centros Municipais de Educação Infantil 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 3350-3049.

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
DESJEJUM					• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO					• MAÇÃ 75G	
ALMOÇO					• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G • ABOBRINHA REFOGADA 50G	
LANCHE					• MELÃO 119G	
JANTAR					• PAPA DE ABOBRINHA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G	

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal Proteína (g): 31,07 Lipídios (g): 13,43 Carboidrato (g): 111,05 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 223,37 Vitamina C (mg): 58,23 Energia (Kcal): 644,89

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 04/08	Terça-Feira, 05/08	Quarta-Feira, 06/08	Quinta-Feira, 07/08	Sexta-Feira, 08/08	Sábado, 09/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• MAMÃO 60G	• BANANA PRATA 100G	• MAMÃO 60G	• BANANA PRATA 100G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE CARNE 30G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO COM BATATA 50G • BRÓCOLIS COZIDO 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • CHUCHU REFOGADO 35G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 40G • POLENTA 100G	
LANCHE	• MAÇÃ COZIDA 105G	• PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	• ABACATE 60G	• PERA COZIDA 75G	• MAÇÃ COZIDA 105G	
JANTAR	• PAPA DE COUVE, FUBÁ E CARNE 200G	• PAPA DE BATATA DOCE, BRÓCOLIS, CHUCHU, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ARROZ, BATATA SALSA, CENOURA E CARNE 200G	• PAPA DE ARROZ, BRÓCOLIS, CENOURA, CHUCHU E FRANGO 200G	• PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FRANGO E MACARRÃO 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,73 Lipídios (g): 15,28 Carboidrato (g): 131,47 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 611,06 Vitamina C (mg): 88,62 Energia (Kcal): 752,01					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/08	Terça-Feira, 12/08	Quarta-Feira, 13/08	Quinta-Feira, 14/08	Sexta-Feira, 15/08	Sábado, 16/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• BANANA PRATA 100G	• MAÇÃ 75G	• MAMÃO 60G	• MELÃO 119G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • OVOS MEXIDOS 40G • CENOURA REFOGADA 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • QUIRERA 60G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE CARNE 30G • BATATA SALSA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • COUVE-FLOR REFOGADA 40G • FEIJÃO PRETO 60G	
LANCHE	• PAPA DE MAÇÃ COM LARANJA 110G	• MAMÃO 60G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G	• MELÃO 119G	• PERA COZIDA 75G	• BANANA PRATA 100G	
JANTAR	• PAPA DE FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G	• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 160G	• PAPA DE BATATA SALSA, CENOURA, CHUCHU, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ABOBRINHA, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE CENOURA, COUVE E CARNE 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,47 Lipídios (g): 14,54 Carboidrato (g): 130,63 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 622,94 Vitamina C (mg): 92,58 Energia (Kcal): 743,83					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/08	Terça-Feira, 19/08	Quarta-Feira, 20/08	Quinta-Feira, 21/08	Sexta-Feira, 22/08	Sábado, 23/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• BANANA PRATA 100G	• PERA 75G	• MAMÃO 60G	• MELÃO 119G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE CARNE 30G • BATATA DOCE COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • CHUCHU REFOGADO 35G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • BATATA ENSOPADA 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • BRÓCOLIS COZIDO 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CENOURA REFOGADA 40G • ISCAS DE FÍGADO 30G	
LANCHE	• PERA COZIDA 75G	• PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	• BANANA PRATA 100G	• MAÇÃ COZIDA 105G	• PERA COZIDA 75G	
JANTAR	• PAPA DE ABÓBORA, ABOBRINHA, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ESPINAFRE, LEGUMES, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ABOBRINHA, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE BATATA SALSA, BRÓCOLIS, FRANGO E MACARRÃO 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,10 Lipídios (g): 14,09 Carboidrato (g): 129,29 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1441,66 Vitamina C (mg): 69,76 Energia (Kcal): 737,37					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 25/08	Terça-Feira, 26/08	Quarta-Feira, 27/08	Quinta-Feira, 28/08	Sexta-Feira, 29/08	Sábado, 30/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO	• MAÇÃ 75G	• PERA 75G	• BANANA PRATA 100G	• MELÃO 119G	• MAÇÃ 75G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • POLENTA 100G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • OVOS MEXIDOS 40G • VAGEM REFOGADA 25G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G • QUIBEBE 40G	
LANCHE	• MELÃO 119G	• MAMÃO 60G	• PAPA DE MAÇÃ COM LARANJA 110G	• PERA COZIDA 75G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • BANANA PRATA 100G	
JANTAR	• PAPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ARROZ, BRÓCOLIS, CENOURA, CHUCHU E FRANGO 200G	• PAPA DE ABÓBORA, ESPINAFRE E FÍGADO 200G	• PAPA DE BATATA DOCE, COUVE-FLOR, ESCAROLA E FRANGO 200G	• PAPA DE ARROZ, BATATA SALSA, CENOURA E CARNE 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 33,20 Lipídios (g): 15,92 Carboidrato (g): 132,98 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1360,47 Vitamina C (mg): 78,44 Energia (Kcal): 751,50					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 34,70 Lipídios (g): 14,89 Carboidrato (g): 130,14 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 971,62 Vitamina C (mg): 81,20 Energia (Kcal): 741,35					

Observações

Este cardápio é destinado às crianças que frequentam os Centros Municipais de Educação Infantil 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 3350-3049.

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
DESJEJUM					• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	
COLAÇÃO					• MAÇÃ 75G	
ALMOÇO					• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G • ABOBRINHA REFOGADA 50G	
LANCHE					• MELÃO 119G	
JANTAR					• PAPA DE ABOBRINHA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G	

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,05 Lipídios (g): 12,37 Carboidrato (g): 110,05 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 167,45 Vitamina C (mg): 42,35 Energia (Kcal): 648,20
-----------------	---

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 04/08	Terça-Feira, 05/08	Quarta-Feira, 06/08	Quinta-Feira, 07/08	Sexta-Feira, 08/08	Sábado, 09/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• MAMÃO 60G	• BANANA PRATA 100G	• MAMÃO 60G	• BANANA PRATA 100G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE CARNE 30G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO COM BATATA 50G • BRÓCOLIS COZIDO 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • CHUCHU REFOGADO 35G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 40G • POLENTA 100G	
LANCHE	• MAÇÃ COZIDA 105G	• PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	• ABACATE 60G	• PERA COZIDA 75G	• MAÇÃ COZIDA 105G	
JANTAR	• PAPA DE COUVE, FUBÁ E CARNE 200G	• PAPA DE BATATA DOCE, BRÓCOLIS, CHUCHU, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ARROZ, BATATA SALSA, CENOURA E CARNE 200G	• PAPA DE ARROZ, BRÓCOLIS, CENOURA, CHUCHU E FRANGO 200G	• PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FRANGO E MACARRÃO 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,25 Lipídios (g): 14,32 Carboidrato (g): 135,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 558,03 Vitamina C (mg): 73,95 Energia (Kcal): 774,34					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/08	Terça-Feira, 12/08	Quarta-Feira, 13/08	Quinta-Feira, 14/08	Sexta-Feira, 15/08	Sábado, 16/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• BANANA PRATA 100G	• MAÇÃ 75G	• MAMÃO 60G	• MELÃO 119G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CENOURA REFOGADA 40G • OVOS MEXIDOS 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • QUIRERA 60G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE CARNE 30G • BATATA SALSA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • FEIJÃO PRETO 60G • COUVE-FLOR REFOGADA 40G	
LANCHE	• PAPA DE MAÇÃ COM LARANJA 110G	• MAMÃO 60G	• MELÃO 119G	• PERA COZIDA 75G	• BANANA PRATA 100G	
JANTAR	• PAPA DE FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G	• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 160G	• PAPA DE BATATA SALSA, CENOURA, CHUCHU, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ABOBRINHA, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE CENOURA, COUVE E CARNE 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,53 Lipídios (g): 13,46 Carboidrato (g): 134,14 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 567,58 Vitamina C (mg): 77,55 Energia (Kcal): 763,34					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/08	Terça-Feira, 19/08	Quarta-Feira, 20/08	Quinta-Feira, 21/08	Sexta-Feira, 22/08	Sábado, 23/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• BANANA PRATA 100G	• PERA 75G	• MAMÃO 60G	• MELÃO 119G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE CARNE 30G • BATATA DOCE COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO GRElhADAS 30G • CHUCHU REFOGADO 35G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • BATATA ENSOPADA 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • BRÓCOLIS COZIDO 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CENOURA REFOGADA 40G • ISCAS DE FÍGADO 30G	
LANCHE	• PERA COZIDA 75G	• PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	• BANANA PRATA 100G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G	• MAÇÃ COZIDA 105G	• PERA COZIDA 75G	
JANTAR	• PAPA DE ABÓBORA, ABOBRINHA, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ESPINAFRE, LEGUMES, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ABOBRINHA, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE BATATA SALSA, BRÓCOLIS, FRANGO E MACARRÃO 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,96 Lipídios (g): 13,26 Carboidrato (g): 134,14 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1388,63 Vitamina C (mg): 55,09 Energia (Kcal): 767,48					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 25/08	Terça-Feira, 26/08	Quarta-Feira, 27/08	Quinta-Feira, 28/08	Sexta-Feira, 29/08	Sábado, 30/08
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G	
COLAÇÃO	• MAÇÃ 75G	• PERA 75G	• BANANA PRATA 100G	• MELÃO 119G	• MAÇÃ 75G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • POLENTA 100G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • OVOS MEXIDOS 40G • VAGEM REFOGADA 25G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G • QUIBEBE 40G	
LANCHE	• MELÃO 119G	• MAMÃO 60G	• PAPA DE MAÇÃ COM LARANJA 110G	• PERA COZIDA 75G	• MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML	
JANTAR	• PAPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ARROZ, BRÓCOLIS, CENOURA, CHUCHU E FRANGO 200G	• PAPA DE ABÓBORA, ESPINAFRE E FÍGADO 200G	• PAPA DE BATATA DOCE, COUVE-FLOR, ESCAROLA E FRANGO 200G	• PAPA DE ARROZ, BATATA SALSA, CENOURA E CARNE 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,09 Lipídios (g): 14,77 Carboidrato (g): 129,75 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1293,93 Vitamina C (mg): 60,23 Energia (Kcal): 749,86					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,24 Lipídios (g): 13,88 Carboidrato (g): 132,15 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 914,68 Vitamina C (mg): 65,54 Energia (Kcal): 758,25					

Observações

Este cardápio é destinado às crianças que frequentam os Centros Municipais de Educação Infantil 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 3350-3049.

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
DESJEJUM					• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 8G	
COLAÇÃO					• MAMÃO 122G	
ALMOÇO					• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • CREME DE MILHO 60G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MAÇÃ (1 un / 137G) • SALADA DE BETERRABA 35G	
LANCHE					• VITAMINA DE BANANA 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	
JANTAR					• SOPA DE AIPIM COM CARNE 180G	

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal Proteína (g): 58,82 Lipídios (g): 37,78 Carboidrato (g): 229,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 329,76 Vitamina C (mg): 130,91 Energia (Kcal): 1466,31

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 04/08	Terça-Feira, 05/08	Quarta-Feira, 06/08	Quinta-Feira, 07/08	Sexta-Feira, 08/08	Sábado, 09/08
DESJEJUM	• LEITE 190ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • QUEIJO 20G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO DE FORMA 37,5G • MANTEIGA AF 8G	• LEITE 190ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • QUEIJO 20G	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA AF 8G	
COLAÇÃO	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• LARANJA (1 un / 150G)	• MELÃO 170G	• MAMÃO 122G	• MELÃO 170G	
ALMOÇO	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G • CHUCHU REFOGADO 50G • SALADA DE TOMATE 40G • MELÃO 170G	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO AF 100G • STROGONOFF DE FRANGO 70G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE VAGEM 30G • SALADA DE FRUTA 70G	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA AF 100G • ALMÔNDEGAS AO SUGO (55G PARA 3 UNIDADES + 20G DE MOLHO) (EXTRATO DE TOMATE AF) 75G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE REPOLHO 23G • PERA (1 un / 120G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO AF 100G • FRANGO À PARMEGIANA (50G DE CARNE E 20G DE MOLHO) (EXTRATO DE TOMATE AF) 70G • POLENTA 100G • SALADA DE ALFACE AF (ORGÂNICA) 15G • MAÇÃ AF (1 un / 160G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA AF 100G • PICADINHO DE CARNE (EXTRATO DE TOMATE AF) 70G • COUVE AF REFOGADA 40G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45G • LARANJA AF (ORGÂNICA) (1 un / 200G)	
LANCHE	• VITAMINA DE MANGA 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• SANDUÍCHE DE QUEIJO COM TOMATE 70G • SUCO DE MAÇÃ 200ML	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE ARROZ 15G	• SUCO DE LARANJA 200ML • BOLO DE CENOURA SEM AÇÚCAR 50G	• VITAMINA DE MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	
JANTAR	• CANJA 200G	• ESCONDIDINHO DE CARNE 170G	• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G	• SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO 180G	• QUIRERA - JANTAR 120G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 60G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 67,70 Lipídios (g): 33,67 Carboidrato (g): 205,71 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 408,98 Vitamina C (mg): 169,44 Energia (Kcal): 1355,26					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/08	Terça-Feira, 12/08	Quarta-Feira, 13/08	Quinta-Feira, 14/08	Sexta-Feira, 15/08	Sábado, 16/08
DESJEJUM	• LEITE 190ML • PÃO DE FORMA 37,5G • MANTEIGA AF 8G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• LEITE AF 190ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • MANTEIGA AF 8G	• LEITE AF 190ML • BOLO DE LARANJA SEM AÇÚCAR 50G	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA AF 8G	
COLAÇÃO	• MELÃO 170G	• MAÇÃ (1 un / 137G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• MAMÃO 122G	• MELÃO 170G	
ALMOÇO	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA AF 100G • QUIRERA 60G • PICADINHO DE CARNE 70G • SALADA DE ACELGA 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO AF 100G • QUIBEBE 50G • SALADA DE BRÓCOLIS 30G • LARANJA (1 un / 150G) • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA AF 100G • CREME DE AIPIM AF 70G • SALADA DE BETERRABA 35G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70G • PERA (1 un / 120G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO AF 100G • FRANGO ASSADO 60G • CENOURA REFOGADA 50G • SALADA DE REPOLHO AF 23G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA AF 100G • BARREADO 70G • FAROFA DE BANANA 30G • SALADA DE PEPINO 35G • LARANJA AF (ORGÂNICA) (1 un / 200G)	
LANCHE	• BATIDA DE MAÇÃ 190ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• MAMÃO 122G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 20G	• SUCO DE UVA 200ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G	• CREME DE MORANGO (POLPA AF) 100G • FLOCOS DE ARROZ 15G	• MINGAU DE AVEIA (LEITE AF) 200G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
JANTAR	• SOPA DE ARROZ, LEGUMES E FRANGO 180G	• SUCO DE LARANJA 200ML • PÃO DE LEITE 37,5G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G	• POLENTA - JANTAR 120G • CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA E ERVILHA 70G	• ARROZ CARRETEIRO 180G	• SOPA DE BATATA DOCE AF (ORGÂNICA), FRANGO E MACARRÃO 180G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 63,04 Lipídios (g): 32,27 Carboidrato (g): 213,51 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 791,57 Vitamina C (mg): 155,48 Energia (Kcal): 1368,57					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/08	Terça-Feira, 19/08	Quarta-Feira, 20/08	Quinta-Feira, 21/08	Sexta-Feira, 22/08	Sábado, 23/08
DESJEJUM	• LEITE AF 190ML • PÃO DE FORMA 37,5G • MANTEIGA AF 8G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• LEITE AF 190ML • BOLO DE FUBÁ SEM AÇÚCAR 50G	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • MANTEIGA AF 8G	• LEITE AF 190ML • PÃO DE FORMA 37,5G • MANTEIGA AF 8G	
COLAÇÃO	• MELÃO 170G	• MAÇÃ (1 un / 137G)	• MELÃO 170G	• PERA (1 un / 120G)	• LARANJA (1 un / 150G)	
ALMOÇO	• ARROZ 95G • STROGONOFF DE CARNE 70G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE TOMATE 40G • FEIJÃO CARIOCA AF 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • POLENTA 100G • FEIJÃO PRETO AF 100G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 60G • SALADA DE FRUTA 70G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 30G	• ARROZ AF 95G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G • CREME DE MILHO (LEITE AF) 60G • SALADA DE CENOURA 25G • FEIJÃO CARIOCA 100G • LARANJA (1 un / 150G)	• ARROZ AF 95G • CHUCHU REFOGADO 50G • SALADA DE BETERRABA AF (ORGÂNICA) 35G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MAMÃO 122G	• ARROZ AF 95G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 50G • BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 50G • MAÇÃ (1 un / 137G) • FEIJÃO CARIOCA 100G • SALADA DE ALFACE AF (ORGÂNICA) 15G	
LANCHE	• VITAMINA DE MORANGO (LEITE AF) 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• MAMÃO 122G • FLOCOS DE ARROZ 15G	• SUCO DE LARANJA 200ML • SANDUÍCHE DE QUEIJO COM ALFACE E TOMATE 80G	• BANANA AF 180G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 20G	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G	
JANTAR	• ESCONDIDINHO DE FRANGO 170G	• SOPA DE FEIJÃO, LEGUMES E MACARRÃO 180G	• RISOTO DE FRANGO 200G	• SOPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO 180G	• POLENTA - JANTAR 120G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 60G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 61,89 Lipídios (g): 32,69 Carboidrato (g): 193,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 612,24 Vitamina C (mg): 160,65 Energia (Kcal): 1292,11					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 25/08	Terça-Feira, 26/08	Quarta-Feira, 27/08	Quinta-Feira, 28/08	Sexta-Feira, 29/08	Sábado, 30/08
DESJEJUM	• LEITE AF 190ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • QUEIJO 20G	• LEITE AF 190ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G	• PÃO DE LEITE 37,5G • CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML • MANTEIGA AF 8G	• LEITE 190ML • PÃO DE FORMA 37,5G • QUEIJO 20G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • MANTEIGA AF 8G	
COLAÇÃO	• MAÇÃ (1 un / 137G)	• PERA (1 un / 120G)	• MAÇÃ (1 un / 137G)	• MELÃO 170G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	
ALMOÇO	• ARROZ AF 95G • FEIJÃO PRETO 100G • FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 70G • PURÊ DE BATATA (LEITE AF) 60G • SALADA DE ACELGA 20G • MELÃO 170G	• ARROZ AF 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G • BRÓCOLIS, CENOURA E COUVE-FLOR REFOGADOS 50G • SALADA DE ALFACE 15G • PONKAN (1 un / 230G)	• ARROZ AF 95G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G • QUIRERA 60G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45G	• ARROZ AF 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • FAROFA DE CENOURA (FARINHA DE MILHO AF) 20G • SALADA DE BRÓCOLIS 30G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 50G • MAÇÃ AF (1 un / 160G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • FRANGO À PARMEGIANA (50G DE CARNE E 20G DE MOLHO) 70G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE PEPINO 35G • LARANJA AF (ORGÂNICA) (1 un / 200G)	
LANCHE	• SANDUÍCHE DE QUEIJO COM TOMATE 70G • CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML	• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • VITAMINA DE MORANGO (LEITE AF) 180ML	• MAMÃO 122G • FLOCOS DE ARROZ 15G	• VITAMINA DE BANANA 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• BOLO DE CACAU SEM AÇÚCAR 60G • SUCO DE UVA AF 200ML	
JANTAR	• ARROZ CARRETEIRO 180G	• CANJA 200G	• MACARRÃO AF - JANTAR 150G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70G	• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G	• POLENTA (FUBÁ AF) - JANTAR 120G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 69,87 Lipídios (g): 32,96 Carboidrato (g): 228,26 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 435,19 Vitamina C (mg): 117,83 Energia (Kcal): 1446,47					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 65,30 Lipídios (g): 33,13 Carboidrato (g): 211,29 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 550,94 Vitamina C (mg): 149,90 Energia (Kcal): 1370,40					

Observações

Este cardápio é destinado às crianças que frequentam os Centros Municipais de Educação Infantil 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 3350-3049.

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
DESJEJUM					• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 8G	
COLAÇÃO						
ALMOÇO					• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • CREME DE MILHO 60G • SALADA DE BETERRABA 35G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
LANCHE					• VITAMINA DE BANANA 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	
JANTAR					• SOPA DE AIPIM COM CARNE 180G	

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 57,82 Lipídios (g): 37,63 Carboidrato (g): 215,68 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 224,97 Vitamina C (mg): 35,10 Energia (Kcal): 1411,00
-----------------	--

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 04/08	Terça-Feira, 05/08	Quarta-Feira, 06/08	Quinta-Feira, 07/08	Sexta-Feira, 08/08	Sábado, 09/08
DESJEJUM	• LEITE 190ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • QUEIJO 20G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO DE FORMA 37,5G • MANTEIGA AF 8G	• LEITE 190ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • QUEIJO 20G	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA AF 8G	
COLAÇÃO						
ALMOÇO	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G • CHUCHU REFOGADO 50G • SALADA DE TOMATE 40G • MELÃO 170G	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO AF 100G • STROGONOFF DE FRANGO 70G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE FRUTA 70G • SALADA DE VAGEM 30G	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA AF 100G • ALMÔNDEGAS AO SUGO (55G PARA 3 UNIDADES + 20G DE MOLHO) (EXTRATO DE TOMATE AF) 75G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE REPOLHO 23G • PERA (1 un / 120G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO AF 100G • FRANGO À PARMEGIANA (50G DE CARNE E 20G DE MOLHO) (EXTRATO DE TOMATE AF) 70G • POLENTA 100G • SALADA DE ALFACE AF (ORGÂNICA) 15G • MAÇÃ AF (1 un / 160G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA AF 100G • PICADINHO DE CARNE (EXTRATO DE TOMATE AF) 70G • COUVE AF REFOGADA 40G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45G • LARANJA AF (ORGÂNICA) (1 un / 200G)	
LANCHE	• VITAMINA DE MANGA 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• SANDUÍCHE DE QUEIJO COM TOMATE 70G • SUCO DE MAÇÃ 200ML	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE ARROZ 15G	• SUCO DE LARANJA 200ML • BOLO DE CENOURA SEM AÇÚCAR 50G	• IOGURTE DE MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	
JANTAR	• CANJA 200G	• ESCONDIDINHO DE CARNE 170G	• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G	• SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO 180G	• QUIRERA - JANTAR 120G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 60G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 65,62 Lipídios (g): 32,36 Carboidrato (g): 188,40 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 361,97 Vitamina C (mg): 126,92 Energia (Kcal): 1275,69					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/08	Terça-Feira, 12/08	Quarta-Feira, 13/08	Quinta-Feira, 14/08	Sexta-Feira, 15/08	Sábado, 16/08
DESJEJUM	• LEITE 190ML • PÃO DE FORMA 37,5G • MANTEIGA AF 8G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• LEITE AF 190ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • MANTEIGA AF 8G	• LEITE AF 190ML • BOLO DE LARANJA SEM AÇÚCAR 50G	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA AF 8G	
COLAÇÃO						
ALMOÇO	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA AF 100G • QUIRERA 60G • PICADINHO DE CARNE 70G • SALADA DE ACELGA 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO AF 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G • QUIBEBE 50G • SALADA DE BRÓCOLIS 30G • LARANJA (1 un / 150G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA AF 100G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70G • CREME DE AIPIM AF 70G • SALADA DE BETERRABA 35G • PERA (1 un / 120G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO AF 100G • FRANGO ASSADO 60G • CENOURA REFOGADA 50G • SALADA DE REPOLHO AF 23G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA AF 100G • BARREADO 70G • FAROFA DE BANANA 30G • SALADA DE PEPINO 35G • LARANJA AF (ORGÂNICA) (1 un / 200G)	
LANCHE	• BATIDA DE MAÇÃ 190ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• MAMÃO 122G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 20G	• SUCO DE UVA 200ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G	• CREME DE MORANGO (POLPA AF) 100G • FLOCOS DE ARROZ 15G	• MINGAU DE AVEIA (LEITE AF) 200G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
JANTAR	• SOPA DE ARROZ, LEGUMES E FRANGO 180G	• SUCO DE LARANJA 200ML • PÃO DE LEITE 37,5G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G	• POLENTA - JANTAR 120G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 60G	• ARROZ CARRETEIRO 180G	• SOPA DE BATATA DOCE AF (ORGÂNICA), FRANGO E MACARRÃO 180G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 61,77 Lipídios (g): 31,90 Carboidrato (g): 192,01 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 725,94 Vitamina C (mg): 127,67 Energia (Kcal): 1283,59					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/08	Terça-Feira, 19/08	Quarta-Feira, 20/08	Quinta-Feira, 21/08	Sexta-Feira, 22/08	Sábado, 23/08
DESJEJUM	• LEITE AF 190ML • PÃO DE FORMA 37,5G • MANTEIGA AF 8G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• LEITE AF 190ML • BOLO DE FUBÁ SEM AÇÚCAR 50G	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • MANTEIGA AF 8G	• LEITE AF 190ML • PÃO DE FORMA 37,5G • MANTEIGA AF 8G	
COLAÇÃO						
ALMOÇO	• ARROZ 95G • STROGONOFF DE CARNE 70G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE TOMATE 40G • FEIJÃO CARIOCA AF 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • POLENTA 100G • FEIJÃO PRETO AF 100G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 30G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 60G • SALADA DE FRUTA 70G	• ARROZ AF 95G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G • CREME DE MILHO (LEITE AF) 60G • SALADA DE CENOURA 25G • FEIJÃO CARIOCA 100G • LARANJA (1 un / 150G)	• ARROZ AF 95G • FRANGO À PARMEGIANA (50G DE CARNE E 20G DE MOLHO) 70G • CHUCHU REFOGADO 50G • SALADA DE BETERRABA AF (ORGÂNICA) 35G • FEIJÃO PRETO 100G • MAMÃO 122G	• ARROZ AF 95G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 50G • BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 50G • MAÇÃ (1 un / 137G) • FEIJÃO CARIOCA 100G • SALADA DE ALFACE AF (ORGÂNICA) 15G	
LANCHE	• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • VITAMINA DE MORANGO (LEITE AF) 180ML	• MAMÃO 122G • FLOCOS DE ARROZ 15G	• SUCO DE LARANJA 200ML • SANDUÍCHE DE QUEIJO COM ALFACE E TOMATE 80G	• BANANA AF 180G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 20G	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G	
JANTAR	• ESCONDIDINHO DE FRANGO 170G	• SOPA DE FEIJÃO, LEGUMES E MACARRÃO 180G	• RISOTO DE FRANGO 200G	• SOPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO 180G	• POLENTA - JANTAR 120G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 60G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 61,85 Lipídios (g): 33,63 Carboidrato (g): 179,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 614,63 Vitamina C (mg): 137,92 Energia (Kcal): 1247,56					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 25/08	Terça-Feira, 26/08	Quarta-Feira, 27/08	Quinta-Feira, 28/08	Sexta-Feira, 29/08	Sábado, 30/08
DESJEJUM	• LEITE AF 190ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • QUEIJO 20G	• LEITE AF 190ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G	• CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA AF 8G	• LEITE 190ML • PÃO DE FORMA 37,5G • QUEIJO 20G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • MANTEIGA AF 8G	
COLAÇÃO						
ALMOÇO	• ARROZ AF 95G • FEIJÃO PRETO 100G • FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 70G • PURÊ DE BATATA (LEITE AF) 60G • SALADA DE ACELGA 20G • MELÃO 170G	• ARROZ AF 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G • BRÓCOLIS, CENOURA E COUVE-FLOR REFOGADOS 50G • SALADA DE ALFACE 15G • PONKAN (1 un / 230G)	• ARROZ AF 95G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G • QUIRERA 60G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ AF 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • FAROFA DE CENOURA (FARINHA DE MILHO AF) 20G • SALADA DE BRÓCOLIS 30G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 50G • MAÇÃ AF (1 un / 160G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • FRANGO À PARMEGIANA (50G DE CARNE E 20G DE MOLHO) 70G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE PEPINO 35G • LARANJA AF (ORGÂNICA) (1 un / 200G)	
LANCHE	• CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML • SANDUÍCHE DE QUEIJO COM TOMATE 70G	• IOGURTE DE MORANGO AF 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• MAMÃO 122G • FLOCOS DE ARROZ 15G	• VITAMINA DE BANANA 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• BOLO DE CACAU SEM AÇÚCAR 60G • SUCO DE UVA AF 200ML	
JANTAR	• ARROZ CARRETEIRO 180G	• CANJA 200G	• MACARRÃO AF - JANTAR 150G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70G	• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G	• POLENTA (FUBÁ AF) - JANTAR 120G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 68,23 Lipídios (g): 31,69 Carboidrato (g): 207,34 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 408,11 Vitamina C (mg): 111,54 Energia (Kcal): 1355,76					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 64,06 Lipídios (g): 32,65 Carboidrato (g): 192,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 513,25 Vitamina C (mg): 121,68 Energia (Kcal): 1296,38					

Observações

Este cardápio é destinado às crianças que frequentam os Centros Municipais de Educação Infantil 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 3350-3049.

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
DESJEJUM					• VITAMINA DE BANANA 180ML • MAMÃO 122G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	
LANCHE					• VITAMINA DE BANANA 180ML • MAMÃO 122G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,65 Lipídios (g): 17,11 Carboidrato (g): 138,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 426,23 Vitamina C (mg): 191,61 Energia (Kcal): 759,42					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 04/08	Terça-Feira, 05/08	Quarta-Feira, 06/08	Quinta-Feira, 07/08	Sexta-Feira, 08/08	Sábado, 09/08
DESJEJUM	• PONKAN (1 un / 230G) • CANJA 200G	• SUCO DE MAÇÃ 200ML • SANDUÍCHE DE QUEIJO COM TOMATE 70G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• MELANCIA 340G • SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO 180G	• SUCO DE LARANJA 200ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• QUIRERA - JANTAR 120G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 150G)	
LANCHE	• PONKAN (1 un / 230G) • CANJA 200G	• SUCO DE MAÇÃ 200ML • SANDUÍCHE DE QUEIJO COM TOMATE 70G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• MELANCIA 340G • SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO 180G	• SUCO DE LARANJA 200ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• QUIRERA - JANTAR 120G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 150G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 26,56 Lipídios (g): 7,68 Carboidrato (g): 121,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 82,52 Vitamina C (mg): 164,28 Energia (Kcal): 623,83					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/08	Terça-Feira, 12/08	Quarta-Feira, 13/08	Quinta-Feira, 14/08	Sexta-Feira, 15/08	Sábado, 16/08
DESJEJUM	• SOPA DE ARROZ, LEGUMES E FRANGO 180G • LARANJA (1 un / 150G)	• SUCO DE LARANJA 200ML • MAÇÃ (1 un / 137G) • PÃO DE LEITE 37,5G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G	• SUCO DE UVA 200ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ CARRETEIRO 180G • LARANJA AF (ORGÂNICA) (1 un / 200G)	• IOGURTE DE MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MELÃO 170G	
LANCHE	• SOPA DE ARROZ, LEGUMES E FRANGO 180G • LARANJA (1 un / 150G)	• SUCO DE LARANJA 200ML • PÃO DE LEITE 37,5G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• SUCO DE UVA 200ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ CARRETEIRO 180G • LARANJA AF (ORGÂNICA) (1 un / 200G)	• IOGURTE DE MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MELÃO 170G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 23,26 Lipídios (g): 6,22 Carboidrato (g): 128,63 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 136,64 Vitamina C (mg): 175,25 Energia (Kcal): 645,19					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/08	Terça-Feira, 19/08	Quarta-Feira, 20/08	Quinta-Feira, 21/08	Sexta-Feira, 22/08	Sábado, 23/08
DESJEJUM	• MAÇÃ (1 un / 137G) • ESCONDIDINHO DE FRANGO 170G	• CREME DE MANGA 100G • FLOCOS DE ARROZ 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• SUCO DE LARANJA 200ML • SANDUÍCHE DE QUEIJO COM ALFACE E TOMATE 80G • MELÃO 170G	• POLENTA (FUBÁ AF) - JANTAR 120G • CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA E ERVILHA 70G • LARANJA (1 un / 150G)	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G • MAMÃO 122G	
LANCHE	• MAÇÃ (1 un / 137G) • ESCONDIDINHO DE FRANGO 170G	• CREME DE MANGA 100G • FLOCOS DE ARROZ 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• SUCO DE LARANJA 200ML • SANDUÍCHE DE QUEIJO COM ALFACE E TOMATE 80G • MELÃO 170G	• POLENTA (FUBÁ AF) - JANTAR 120G • CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA E ERVILHA 70G • LARANJA (1 un / 150G)	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G • MAMÃO 122G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 30,06 Lipídios (g): 12,26 Carboidrato (g): 113,04 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 240,82 Vitamina C (mg): 165,96 Energia (Kcal): 655,07					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 25/08	Terça-Feira, 26/08	Quarta-Feira, 27/08	Quinta-Feira, 28/08	Sexta-Feira, 29/08	Sábado, 30/08
DESJEJUM	• CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G	• MACARRÃO - JANTAR 150G • MELÃO 170G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70G	• VITAMINA DE MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G • LARANJA (1 un / 150G)	• SUCO DE LARANJA 200ML • BOLO DE CACAU SEM AÇÚCAR 60G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
LANCHE	• CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G	• MACARRÃO - JANTAR 150G • MELÃO 170G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70G	• VITAMINA DE MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G • LARANJA (1 un / 150G)	• SUCO DE LARANJA 200ML • BOLO DE CACAU SEM AÇÚCAR 60G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,95 Lipídios (g): 12,76 Carboidrato (g): 125,34 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 181,82 Vitamina C (mg): 108,46 Energia (Kcal): 691,33					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 27,18 Lipídios (g): 10,08 Carboidrato (g): 122,80 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 173,11 Vitamina C (mg): 155,30 Energia (Kcal): 658,88					