

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, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
REGULAR TARDE					• RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS AF (ORGÂNICO) 150G • PONKAN (1 un / 120G)	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,22 Lipídios (g): 7,33 Carboidrato (g): 44,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 120,64 Vitamina C (mg): 36,78 Energia (Kcal): 293,27					

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
REGULAR TARDE	- PURÊ DE BATATA 80G - ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	- SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO 150G - PONKAN (1 un / 120G)	- SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML - PÃO DE LEITE (1 un / 50G) - CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) (1 un / 70G)	- SAGU DE UVA 150G - CREME DE LEITE 20G - BANANA (1 un / 130G)	- SUCO POLPA DE UVA 200ML - PÃO DE CENOURA (1 un / 50G) - FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G	- LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML - PÃO DE MILHO (1 un / 50G) - REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,57 Lipídios (g): 7,54 Carboidrato (g): 50,25 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 107,00 Vitamina C (mg): 24,73 Energia (Kcal): 318,44					

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
REGULAR TARDE	• RISOTO DE FRANGO E ABOBRINHA 150G • PONKAN (1 un / 120G)	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL 100G	• SOPA DE ARROZ COM CARNE, BATATA E COUVE 150G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • LARANJA AF (ORGÂNICA) (1 un / 200G)	• VITAMINA DE GOIABA (POLPA AF) 180ML • BOLO DE CENOURA (1 un / 50G)	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,70 Lipídios (g): 7,28 Carboidrato (g): 49,40 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 78,42 Vitamina C (mg): 34,24 Energia (Kcal): 309,64					

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
REGULAR TARDE	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • BANANA (1 un / 130G)	• CAQUI (1 un / 120G) • IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G	• SUCO DE MAÇÃ AF 200ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MELÃO FATIADO 150G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,25 Lipídios (g): 5,64 Carboidrato (g): 57,86 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 74,38 Vitamina C (mg): 13,49 Energia (Kcal): 344,38					

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
REGULAR TARDE	• PURÊ DE BATATA (LEITE AF) 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G • PONKAN (1 un / 120G)	• RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• SOPA DE FUBÁ AF COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • LARANJA (1 un / 100G)	• CANJICA 200G • CAQUI (1 un / 120G)	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,36 Lipídios (g): 7,26 Carboidrato (g): 49,95 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1583,84 Vitamina C (mg): 38,16 Energia (Kcal): 317,22					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 14,15 Lipídios (g): 6,96 Carboidrato (g): 51,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 434,74 Vitamina C (mg): 28,36 Energia (Kcal): 320,18					