

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 MANHÃ					• VITAMINA DE MORANGO 180ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
REGULAR TARDE					• VITAMINA DE MORANGO 180ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 30,04 Lipídios (g): 33,10 Carboidrato (g): 127,37 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 292,82 Vitamina C (mg): 0,01 Energia (Kcal): 919,91					

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
REGULAR MANHÃ	- VITAMINA DE BANANA 180ML - BOLO DE LARANJA (1 un / 50G)	- ARROZ 100G - BOLINHO DE CARNE AO SUGO 70G - PONKAN (1 un / 120G)	- SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO 150G • MAÇÃ (1 un / 100G)	- SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML - PÃO DE LEITE (1 un / 50G) - CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) (1 un / 70G)	- PURÊ DE BATATA 80G - ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G - BANANA AF 180G	- LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML - PÃO DE MILHO (1 un / 50G) - REQUEIJÃO CREMOSO 15G
REGULAR TARDE	- VITAMINA DE BANANA 180ML - BOLO DE LARANJA (1 un / 50G)	- ARROZ 100G - BOLINHO DE CARNE AO SUGO 70G - PONKAN (1 un / 120G)	- SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO 150G • MAÇÃ (1 un / 100G)	- SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML - PÃO DE LEITE (1 un / 50G) - CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) (1 un / 70G)	- PURÊ DE BATATA 80G - ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G - BANANA AF 180G	- LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML - PÃO DE MILHO (1 un / 50G) - REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,90 Lipídios (g): 19,99 Carboidrato (g): 112,30 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 242,78 Vitamina C (mg): 52,18 Energia (Kcal): 735,37					

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 MANHÃ	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL 100G	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • LARANJA (1 un / 100G)	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE AF 20G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO DE BATATA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • MELÃO FATIADO 150G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
REGULAR TARDE	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL 100G	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • LARANJA (1 un / 100G)	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE AF 20G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO DE BATATA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • MELÃO FATIADO 150G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 25,86 Lipídios (g): 11,03 Carboidrato (g): 102,53 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 237,19 Vitamina C (mg): 241,56 Energia (Kcal): 601,60					

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 MANHÃ	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO DE CENOURA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• SOPA DE BATATA COM FRANGO, ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU 150G • CAQUI (1 un / 120G)	• SUCO DE MAÇÃ AF 200ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA AF 180G	• MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 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
REGULAR TARDE	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO DE CENOURA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• SOPA DE BATATA COM FRANGO, ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU 150G • CAQUI (1 un / 120G)	• SUCO DE MAÇÃ AF 200ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA AF 180G	• MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 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): 31,08 Lipídios (g): 11,15 Carboidrato (g): 120,19 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 189,91 Vitamina C (mg): 30,09 Energia (Kcal): 697,44					

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 MANHÃ	- SOPA DE FUBÁ AF COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G - BANANA (1 un / 130G)	- RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G - LARANJA (1 un / 100G)	- PURÊ DE BATATA 80G - MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G - PONKAN (1 un / 120G)	- LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML - BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G) - CAQUI (1 un / 120G)	- SUCO POLPA DE UVA 200ML - PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) - FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G	- LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML - PÃO DE MILHO (1 un / 50G) - REQUEIJÃO CREMOSO 15G
REGULAR TARDE	- SOPA DE FUBÁ AF COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G - BANANA (1 un / 130G)	- RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G - LARANJA (1 un / 100G)	- PURÊ DE BATATA 80G - MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G - PONKAN (1 un / 120G)	- LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML - BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G) - CAQUI (1 un / 120G)	- SUCO POLPA DE UVA 200ML - PÃO DE AVEIA (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): 32,78 Lipídios (g): 16,94 Carboidrato (g): 109,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 276,43 Vitamina C (mg): 78,22 Energia (Kcal): 707,83					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 29,92 Lipídios (g): 16,19 Carboidrato (g): 112,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 240,90 Vitamina C (mg): 92,78 Energia (Kcal): 703,59					