

Observações

Este cardápio é destinado aos estudantes que frequentam as escolas de Ensino Fundamental fase II, em período parcial, no 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 3350-3093/3658.

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/03	Terça-Feira, 31/03	Quarta-Feira, 01/04	Quinta-Feira, 02/04	Sexta-Feira, 03/04	Sábado, 04/04
REGULAR MANHÃ			<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO DE BATATA G/NOT (1 un / 75G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE 20G • BANANA (1 un / 130G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
REGULAR TARDE			<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO DE BATATA G/NOT (1 un / 75G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE 20G • BANANA (1 un / 130G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 28,60 Lipídios (g): 10,18 Carboidrato (g): 132,26 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 93,72 Vitamina C (mg): 13,30 Energia (Kcal): 714,80					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 06/04	Terça-Feira, 07/04	Quarta-Feira, 08/04	Quinta-Feira, 09/04	Sexta-Feira, 10/04	Sábado, 11/04
REGULAR MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 180ML • PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G) • CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) (1 un / 70G) 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G • BATATA PALHA (10) 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ G/NOT 180G • BOLINHO DE CARNE AO SUGO G/NOT 120G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180G • MOLHO DE FRANGO E CENOURA G/NOT 120G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • CHINEQUE DE GOIABADA G/NOT (1 un / 120G)
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 180ML • PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G) • CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) (1 un / 70G) 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G • BATATA PALHA (10) 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ G/NOT 180G • BOLINHO DE CARNE AO SUGO G/NOT 120G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180G • MOLHO DE FRANGO E CENOURA G/NOT 120G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • CHINEQUE DE GOIABADA G/NOT (1 un / 120G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 44,08 Lipídios (g): 20,80 Carboidrato (g): 172,29 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 323,37 Vitamina C (mg): 23,07 Energia (Kcal): 1045,93					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 13/04	Terça-Feira, 14/04	Quarta-Feira, 15/04	Quinta-Feira, 16/04	Sexta-Feira, 17/04	Sábado, 18/04
REGULAR MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE AF 190ML • BOLO DE CHOCOLATE G/NOT (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180G • ISCAS DE CARNE E ABOBRINHA G/NOT 70G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • PÃO DE AVEIA G/NOT (1 un / 75G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE AF 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • POLENTA (FUBÁ AF) G/NOT 180G • MOLHO DE FRANGO E BRÓCOLIS AF (ORGÂNICO) G/NOT 120G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • CHINEQUE DE GOIABADA G/NOT (1 un / 120G)
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE AF 190ML • BOLO DE CHOCOLATE G/NOT (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180G • ISCAS DE CARNE E ABOBRINHA G/NOT 70G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • PÃO DE AVEIA G/NOT (1 un / 75G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE AF 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • POLENTA (FUBÁ AF) G/NOT 180G • MOLHO DE FRANGO E BRÓCOLIS AF (ORGÂNICO) G/NOT 120G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • CHINEQUE DE GOIABADA G/NOT (1 un / 120G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 47,23 Lipídios (g): 24,37 Carboidrato (g): 172,39 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 248,28 Vitamina C (mg): 41,46 Energia (Kcal): 1084,63					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 20/04	Terça-Feira, 21/04	Quarta-Feira, 22/04	Quinta-Feira, 23/04	Sexta-Feira, 24/04	Sábado, 25/04
REGULAR MANHÃ	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> CANJICA G/NOT 250G MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE UVA 180ML SANDUÍCHE NATURAL G/NOT 150G 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE ACEROLA 180ML PÃO DE AVEIA G/NOT (1 un / 75G) CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML CHINEQUE DE GOIABADA G/NOT (1 un / 120G)
REGULAR TARDE	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> CANJICA G/NOT 250G MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE UVA 180ML SANDUÍCHE NATURAL G/NOT 150G 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE ACEROLA 180ML PÃO DE AVEIA G/NOT (1 un / 75G) CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML CHINEQUE DE GOIABADA G/NOT (1 un / 120G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 31,15 Lipídios (g): 22,42 Carboidrato (g): 159,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 5701,89 Vitamina C (mg): 288,29 Energia (Kcal): 955,32					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 27/04	Terça-Feira, 28/04	Quarta-Feira, 29/04	Quinta-Feira, 30/04	Sexta-Feira, 01/05	Sábado, 02/05
REGULAR MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE 20G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA TETRAPAK 200ML • PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G) • ISCAS DE CARNE REFOGADAS G/NOT 70G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ G/NOT 180G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA G/NOT 70G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 180ML • PÃO DE AVEIA G/NOT (1 un / 75G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 		
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE 20G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA TETRAPAK 200ML • PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G) • ISCAS DE CARNE REFOGADAS G/NOT 70G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ G/NOT 180G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA G/NOT 70G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 180ML • PÃO DE AVEIA G/NOT (1 un / 75G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,72 Lipídios (g): 11,83 Carboidrato (g): 137,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 103,72 Vitamina C (mg): 27,73 Energia (Kcal): 802,60					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 40,02 Lipídios (g): 19,47 Carboidrato (g): 160,05 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1219,99 Vitamina C (mg): 76,27 Energia (Kcal): 965,67					