

Observações

Este cardápio é destinado aos estudantes que frequentam as escolas de Educação Integral, 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, 04/05	Terça-Feira, 05/05	Quarta-Feira, 06/05	Quinta-Feira, 07/05	Sexta-Feira, 08/05	Sábado, 09/05
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE BATATA (1 un / 50G) <ul style="list-style-type: none"> • MANTEIGA 7G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 150ML • BISCOITO COOKIES INTEGRAIS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G <ul style="list-style-type: none"> • BANANA AF 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM CACAU (LEITE AF) 160ML • BOLO DE LARANJA (1 un / 50G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE BATATA (1 un / 50G) <ul style="list-style-type: none"> • MANTEIGA 7G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 150ML • BISCOITO COOKIES INTEGRAIS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G <ul style="list-style-type: none"> • BANANA AF 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM CACAU (LEITE AF) 160ML • BOLO DE LARANJA (1 un / 50G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,55 Lipídios (g): 20,85 Carboidrato (g): 124,63 Energia (Kcal): 748,73					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/05	Terça-Feira, 12/05	Quarta-Feira, 13/05	Quinta-Feira, 14/05	Sexta-Feira, 15/05	Sábado, 16/05
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE CENOURA (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE AF 190ML • CHINEQUE DE UVA (1 un / 60G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 15G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 150ML • PÃO DE BATATA (1 un / 50G) • MANTEIGA 7G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MAÇÃ 160ML • BISCOITO SEQUILHOS 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE CENOURA (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE AF 190ML • CHINEQUE DE UVA (1 un / 60G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 15G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 150ML • PÃO DE BATATA (1 un / 50G) • MANTEIGA 7G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MAÇÃ 160ML • BISCOITO SEQUILHOS 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,64 Lipídios (g): 22,40 Carboidrato (g): 106,07 Energia (Kcal): 693,18					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/05	Terça-Feira, 19/05	Quarta-Feira, 20/05	Quinta-Feira, 21/05	Sexta-Feira, 22/05	Sábado, 23/05
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE ERVA DOCE 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 15G) • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA 160ML • BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E CANELA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 150ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • MANTEIGA 7G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE ERVA DOCE 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 15G) • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA 160ML • BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E CANELA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 150ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • MANTEIGA 7G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,29 Lipídios (g): 27,27 Carboidrato (g): 108,08 Energia (Kcal): 749,67					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 25/05	Terça-Feira, 26/05	Quarta-Feira, 27/05	Quinta-Feira, 28/05	Sexta-Feira, 29/05	Sábado, 30/05
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA 50G • MAMÃO FATIADO 85G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • PÃO DE CENOURA (1 un / 50G) • MANTEIGA 7G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 160ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 15G) 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA 160ML • BISCOITO SEQUILHOS 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 150ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA 50G • MAMÃO FATIADO 85G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • PÃO DE CENOURA (1 un / 50G) • MANTEIGA 7G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 160ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 15G) 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA 160ML • BISCOITO SEQUILHOS 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 150ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,62 Lipídios (g): 24,51 Carboidrato (g): 117,15 Energia (Kcal): 753,47					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 20,28 Lipídios (g): 23,76 Carboidrato (g): 113,98 Energia (Kcal): 736,26					