

**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.

<b>Tipo de Refeição</b>	<b>Segunda-Feira, 04/05</b>	<b>Terça-Feira, 05/05</b>	<b>Quarta-Feira, 06/05</b>	<b>Quinta-Feira, 07/05</b>	<b>Sexta-Feira, 08/05</b>	<b>Sábado, 09/05</b>
<b>INTEGRAL MANHÃ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE HORTELÃ 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• CAQUI (1 un / 120G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA COM CACAU 160ML</li> <li>• BOLO DE LARANJA (1 un / 50G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE AF COM AROMA DE BAUNILHA 150ML</li> <li>• BISCOITO COOKIES INTEGRAIS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• PÃO DE BATATA (1 un / 50G)</li> <li>• MANTEIGA 7G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul>
<b>INTEGRAL TARDE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE HORTELÃ 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• CAQUI (1 un / 120G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA COM CACAU 160ML</li> <li>• BOLO DE LARANJA (1 un / 50G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE AF COM AROMA DE BAUNILHA 150ML</li> <li>• BISCOITO COOKIES INTEGRAIS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• PÃO DE BATATA (1 un / 50G)</li> <li>• MANTEIGA 7G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
<b>Cálculo Semanal</b>	Proteína (g): 19,32 Lipídios (g): 20,83 Carboidrato (g): 120,65 Energia (Kcal): 733,47					

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"> <li>• LEITE AF 190ML</li> <li>• BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E CANELA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE AF COM CHOCOLATE EM PÓ 150ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL FATIADO 50G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 15G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 150ML</li> <li>• PÃO DE BATATA (1 un / 50G)</li> <li>• MANTEIGA 7G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MAÇÃ 160ML</li> <li>• BISCOITO SEQUILHOS 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• PÃO DE CENOURA (1 un / 50G)</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE AF 190ML</li> <li>• BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E CANELA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE AF COM CHOCOLATE EM PÓ 150ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL FATIADO 50G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 15G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 150ML</li> <li>• PÃO DE BATATA (1 un / 50G)</li> <li>• MANTEIGA 7G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MAÇÃ 160ML</li> <li>• BISCOITO SEQUILHOS 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• PÃO DE CENOURA (1 un / 50G)</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,91 Lipídios (g): 24,41 Carboidrato (g): 104,40 Energia (Kcal): 707,31					

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"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML</li> <li>• PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G)</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE ERVA DOCE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE FATIADO 50G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 15G)</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 150ML</li> <li>• PÃO DE MILHO (1 un / 50G)</li> <li>• MANTEIGA 7G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA 160ML</li> <li>• BOLO DE ABACAXI E CANELA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML</li> <li>• PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G)</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE ERVA DOCE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE FATIADO 50G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 15G)</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 150ML</li> <li>• PÃO DE MILHO (1 un / 50G)</li> <li>• MANTEIGA 7G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA 160ML</li> <li>• BOLO DE ABACAXI E CANELA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,10 Lipídios (g): 27,14 Carboidrato (g): 108,51 Energia (Kcal): 749,75					

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"> <li>VITAMINA DE BANANA COM CACAU 160ML</li> <li>PÃO INTEGRAL FATIADO 50G</li> <li>QUEIJO (1 un / 15G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>CHINEQUE DE UVA (1 un / 60G)</li> <li>BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>LEITE COM AROMA DE COCO 150ML</li> <li>PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML</li> <li>PÃO DE CENOURA (1 un / 50G)</li> <li>MANTEIGA 7G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>VITAMINA DE MANGA 160ML</li> <li>BISCOITO SEQUILHOS 50G</li> <li>MAMÃO FATIADO 85G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>LEITE 190ML</li> <li>BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>VITAMINA DE BANANA COM CACAU 160ML</li> <li>PÃO INTEGRAL FATIADO 50G</li> <li>QUEIJO (1 un / 15G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>CHINEQUE DE UVA (1 un / 60G)</li> <li>BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>LEITE COM AROMA DE COCO 150ML</li> <li>PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML</li> <li>PÃO DE CENOURA (1 un / 50G)</li> <li>MANTEIGA 7G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>VITAMINA DE MANGA 160ML</li> <li>BISCOITO SEQUILHOS 50G</li> <li>MAMÃO FATIADO 85G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>LEITE 190ML</li> <li>BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,54 Lipídios (g): 22,62 Carboidrato (g): 118,39 Energia (Kcal): 739,26					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 20,22 Lipídios (g): 23,75 Carboidrato (g): 112,99 Energia (Kcal): 732,45					