

### Observações

Cardápio elaborado por nutricionistas da Secretaria Municipal da Educação de Curitiba/PR, em conformidade com o PNAE e com a Resolução CD/FNDE nº 4/2026.

Berçário – 4 meses a 2 anos | Maternal I – 2 a 3 anos | Maternal II e Pré – acima de 3 anos.

A partir da introdução alimentar, os alimentos devem ser oferecidos em consistência adequada ao desenvolvimento da criança, inicialmente amassados com garfo, evoluindo gradativamente para alimentos em pedaços macios até atingir a consistência da alimentação da família.

Dúvidas e informações: 3350-3049 - Coordenadoria de Alimentação

| Tipo de Refeição   | Segunda-Feira, 28/09                                                                                                                                                        | Terça-Feira, 29/09 | Quarta-Feira, 30/09 | Quinta-Feira, 01/10                                                                      | Sexta-Feira, 02/10                                                                                | Sábado, 03/10 |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| DESJEJUM           |                                                                                                                                                                             |                    |                     | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                         | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                                  |               |
| COLAÇÃO            |                                                                                                                                                                             |                    |                     | • BANANA PRATA 100G                                                                      | • MELÃO 119G                                                                                      |               |
| ALMOÇO             |                                                                                                                                                                             |                    |                     | • ARROZ 75G<br>• CHUCHU REFOGADO<br>35G<br>• ISCAS DE FÍGADO 30G<br>• FEIJÃO CARIOCA 60G | • ARROZ 75G<br>• ISCAS DE FRANGO<br>GRELHADAS 30G<br>• FEIJÃO PRETO 60G<br>• BETERRABA COZIDA 30G |               |
| LANCHE             |                                                                                                                                                                             |                    |                     | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML<br>• MAMÃO 60G                          | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML<br>• PERA COZIDA 75G                             |               |
| JANTAR             |                                                                                                                                                                             |                    |                     | • PAPA DE ABÓBORA,<br>ABOBRINHA, FRANGO E<br>MACARRÃO 200G                               | • PAPA DE LEGUMES,<br>CARNE E MACARRÃO<br>200G                                                    |               |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                             |                    |                     |                                                                                          |                                                                                                   |               |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 38,82 Lipídios (g): 22,51 Carboidrato (g): 142,85 Cálcio (mg): 479,87 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2542,28 Vitamina C (mg): 105,24 Energia (Kcal): 885,23 |                    |                     |                                                                                          |                                                                                                   |               |

| Tipo de Refeição          | Segunda-Feira, 05/10                                                                                                                                                        | Terça-Feira, 06/10                                                                                               | Quarta-Feira, 07/10                                                                        | Quinta-Feira, 08/10                                                                                 | Sexta-Feira, 09/10                                                                                   | Sábado, 10/10 |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| DESJEJUM                  | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                                                                                                            | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                                                 | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                           | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                                    | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                                     |               |
| COLAÇÃO                   | • PERA 119G                                                                                                                                                                 | • MAMÃO 60G                                                                                                      | • MELÃO 119G                                                                               | • MAMÃO 60G                                                                                         | • MAÇÃ 75G                                                                                           |               |
| ALMOÇO                    | • ARROZ 75G<br>• FEIJÃO PRETO 60G<br>• OVOS MEXIDOS 40G<br>• CENOURA REFOGADA<br>40G                                                                                        | • ARROZ 75G<br>• FEIJÃO CARIOCA 60G<br>• ISCAS DE CARNE COM<br>BRÓCOLIS 30G<br>• PURÊ DE BATATA SEM<br>LEITE 50G | • ARROZ 75G<br>• ISCAS DE FRANGO COM<br>TOMATE 40G<br>• POLENTA 100G<br>• FEIJÃO PRETO 60G | • ARROZ 75G<br>• CARNE MOÍDA AO SUGO<br>40G<br>• FEIJÃO CARIOCA 60G<br>• COUVE-FLOR<br>REFOGADA 40G | • ARROZ 75G<br>• ISCAS DE FRANGO<br>GRELHADAS 30G<br>• FEIJÃO PRETO 60G<br>• VAGEM REFOGADA 25G      |               |
| LANCHE                    | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML<br>• MAÇÃ COZIDA 105G                                                                                                      | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML<br>• BANANA PRATA 100G                                          | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML<br>• MAÇÃ 75G                             | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML<br>• BANANA PRATA 100G                             | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML<br>• PAPINHA DE FRUTAS<br>COZIDAS SEM AÇÚCAR<br>80G |               |
| JANTAR                    | • PAPA DE BATATA DOCE,<br>BRÓCOLIS, CHUCHU,<br>FRANGO E MACARRÃO<br>200G                                                                                                    | • RISOTO DE FRANGO<br>COM LEGUMES 160G                                                                           | • PAPA DE LEGUMES,<br>CARNE E MACARRÃO<br>200G                                             | • PAPA DE BATATA,<br>BETERRABA, FRANGO E<br>MACARRÃO 200G                                           | • PAPA DE BATATA SALSA,<br>ESCAROLA, FÍGADO E<br>MACARRÃO 200G                                       |               |
| <b>Tabela Nutricional</b> |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                  |                                                                                            |                                                                                                     |                                                                                                      |               |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 38,03 Lipídios (g): 22,78 Carboidrato (g): 147,46 Cálcio (mg): 494,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1183,43 Vitamina C (mg): 106,35 Energia (Kcal): 897,24 |                                                                                                                  |                                                                                            |                                                                                                     |                                                                                                      |               |

| Tipo de Refeição          | Segunda-Feira, 12/10                                                                                                                                                        | Terça-Feira, 13/10 | Quarta-Feira, 14/10                                                          | Quinta-Feira, 15/10                                                                         | Sexta-Feira, 16/10                                                                                  | Sábado, 17/10 |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| DESJEJUM                  | FERIADO - NOSSA SENHORA APARECIDA                                                                                                                                           | RECESSO            | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML                                   | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML                                                  | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML                                                          |               |
| COLAÇÃO                   | FERIADO - NOSSA SENHORA APARECIDA                                                                                                                                           | RECESSO            | • MELÃO 119G                                                                 | • BANANA PRATA 100G                                                                         | • MAÇÃ 75G                                                                                          |               |
| ALMOÇO                    | FERIADO - NOSSA SENHORA APARECIDA                                                                                                                                           | RECESSO            | • ARROZ 75G<br>• FEIJÃO CARIOCA 60G<br>• ISCAS DE CARNE 30G<br>• QUIBEBE 40G | • ARROZ 75G<br>• FEIJÃO PRETO 60G<br>• ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G<br>• BRÓCOLIS COZIDO 40G | • ARROZ 75G<br>• FEIJÃO CARIOCA 60G<br>• CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G<br>• CENOURA REFOGADA 40G |               |
| LANCHE                    | FERIADO - NOSSA SENHORA APARECIDA                                                                                                                                           | RECESSO            | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML<br>• MAÇÃ COZIDA 105G             | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML<br>• MAMÃO 60G                                   | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML<br>• PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G            |               |
| JANTAR                    | FERIADO - NOSSA SENHORA APARECIDA                                                                                                                                           | RECESSO            | • CANJA 200G                                                                 | • PAPA DE FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G                                                     | • PAPA DE ARROZ, BRÓCOLIS, CENOURA, CHUCHU E FRANGO 200G                                            |               |
| <b>Tabela Nutricional</b> |                                                                                                                                                                             |                    |                                                                              |                                                                                             |                                                                                                     |               |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 38,93 Lipídios (g): 21,74 Carboidrato (g): 143,55 Cálcio (mg): 502,01 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1068,53 Vitamina C (mg): 101,13 Energia (Kcal): 869,46 |                    |                                                                              |                                                                                             |                                                                                                     |               |

| Tipo de Refeição          | Segunda-Feira, 19/10                                                                                                                                                       | Terça-Feira, 20/10                                                                | Quarta-Feira, 21/10                                                                                            | Quinta-Feira, 22/10                                                                        | Sexta-Feira, 23/10                                                                                         | Sábado, 24/10 |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| DESJEJUM                  | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                                                                                                           | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                  | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                                               | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                           | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                                           |               |
| COLAÇÃO                   | • MAÇÃ 75G                                                                                                                                                                 | • MELÃO 119G                                                                      | • MAMÃO 60G                                                                                                    | • MAÇÃ COZIDA 105G                                                                         | • MELÃO 119G                                                                                               |               |
| ALMOÇO                    | • ARROZ 75G<br>• FEIJÃO PRETO 60G<br>• CARNE MOÍDA<br>REFOGADA 30G<br>• POLENTA 100G                                                                                       | • ARROZ 75G<br>• FEIJÃO CARIOCA 60G<br>• OVOS MEXIDOS 40G<br>• VAGEM REFOGADA 25G | • ARROZ 75G<br>• FEIJÃO PRETO 60G<br>• FRANGO AO MOLHO<br>COM LEGUMES 40G<br>• PURÊ DE BATATA SEM<br>LEITE 50G | • ARROZ 75G<br>• FEIJÃO CARIOCA 60G<br>• ISCAS DE CARNE 30G<br>• ABOBRINHA REFOGADA<br>50G | • ARROZ 75G<br>• FEIJÃO PRETO 60G<br>• ISCAS DE FRANGO COM<br>TOMATE 40G<br>• COUVE-FLORES<br>REFOGADA 40G |               |
| LANCHE                    | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML<br>• MELÃO 119G                                                                                                           | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML<br>• BANANA PRATA 100G           | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML<br>• PERA COZIDA 75G                                          | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML<br>• BANANA PRATA 100G                    | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML<br>• PAPINHA DE FRUTAS<br>COZIDAS SEM AÇÚCAR<br>80G       |               |
| JANTAR                    | • PAPA DE ARROZ,<br>BRÓCOLIS, CENOURA,<br>CHUCHU E FRANGO 200G                                                                                                             | • RISOTO DE FRANGO<br>COM LEGUMES 160G                                            | • PAPA DE BATATA SALSA,<br>ESCAROLA, FÍGADO E<br>MACARRÃO 200G                                                 | • CANJA 200G                                                                               | • PAPA DE LEGUMES,<br>CARNE E MACARRÃO<br>200G                                                             |               |
| <b>Tabela Nutricional</b> |                                                                                                                                                                            |                                                                                   |                                                                                                                |                                                                                            |                                                                                                            |               |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 37,95 Lipídios (g): 22,64 Carboidrato (g): 144,90 Cálcio (mg): 491,52 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1082,20 Vitamina C (mg): 98,20 Energia (Kcal): 878,72 |                                                                                   |                                                                                                                |                                                                                            |                                                                                                            |               |

| Tipo de Refeição          | Segunda-Feira, 26/10                                                                                                                                                        | Terça-Feira, 27/10                                                                                    | Quarta-Feira, 28/10                                                                             | Quinta-Feira, 29/10                                                                  | Sexta-Feira, 30/10                                                                                             | Sábado, 31/10 |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| DESJEJUM                  | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                                                                                                            | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                                      | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                                | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                     | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                                               |               |
| COLAÇÃO                   | • MELÃO 119G                                                                                                                                                                | • MAMÃO 60G                                                                                           | • MAÇÃ 75G                                                                                      | • MELÃO 119G                                                                         | • BANANA PRATA 100G                                                                                            |               |
| ALMOÇO                    | • ARROZ 75G<br>• FEIJÃO PRETO 60G<br>• ISCAS DE CARNE 30G<br>• QUIRERA 60G                                                                                                  | • ARROZ 75G<br>• FEIJÃO CARIOCA 60G<br>• ISCAS DE CARNE COM<br>BRÓCOLIS 30G<br>• BETERRABA COZIDA 30G | • ARROZ 75G<br>• FEIJÃO PRETO 60G<br>• ISCAS DE FRANGO<br>GRELHADAS 30G<br>• VAGEM REFOGADA 25G | • ARROZ 75G<br>• FEIJÃO CARIOCA 60G<br>• CARNE MOÍDA AO SUGO<br>40G<br>• QUIBEBE 40G | • ARROZ 75G<br>• FEIJÃO PRETO 60G<br>• FRANGO AO MOLHO<br>COM LEGUMES 40G<br>• PURÊ DE BATATA SEM<br>LEITE 50G |               |
| LANCHE                    | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML<br>• MAÇÃ COZIDA 105G                                                                                                      | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML<br>• BANANA PRATA 100G                               | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML<br>• PERA COZIDA 75G                           | • LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML<br>• MAMÃO 60G                      | • MAÇÃ COZIDA 105G<br>• LEITE MATERNO /<br>FÓRMULA INFANTIL 2<br>240ML                                         |               |
| JANTAR                    | • PAPA DE BATATA,<br>BETERRABA, FRANGO E<br>MACARRÃO 200G                                                                                                                   | • PAPA DE FEIJÃO, CARNE<br>E MACARRÃO 200G                                                            | • PAPA DE ARROZ, BATATA<br>SALSA, CENOURA E CARNE<br>200G                                       | • PAPA DE BATATA SALSA,<br>BRÓCOLIS, FRANGO E<br>MACARRÃO 200G                       | • PAPA DE FEIJÃO, CARNE<br>E MACARRÃO 200G                                                                     |               |
| <b>Tabela Nutricional</b> |                                                                                                                                                                             |                                                                                                       |                                                                                                 |                                                                                      |                                                                                                                |               |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 39,68 Lipídios (g): 22,15 Carboidrato (g): 150,23 Cálcio (mg): 496,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 768,52 Vitamina C (mg): 102,76 Energia (Kcal): 911,55  |                                                                                                       |                                                                                                 |                                                                                      |                                                                                                                |               |
| Cálculo Mensal            | Proteína (g): 38,63 Lipídios (g): 22,40 Carboidrato (g): 146,47 Cálcio (mg): 493,93 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1173,05 Vitamina C (mg): 102,52 Energia (Kcal): 890,82 |                                                                                                       |                                                                                                 |                                                                                      |                                                                                                                |               |