

### Observações

Este cardápio é destinado às crianças que frequentam os Centros Municipais de Educação Infantil 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 3350-3049.

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
DESJEJUM			• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
COLAÇÃO			• MAÇÃ 75G	• BANANA PRATA 100G	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
ALMOÇO			• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FÍGADO 30G • COUVE-FLORES REFOGADA 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • CENOURA REFOGADA 40G	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
LANCHE			• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MELÃO 119G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
JANTAR			• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	

### Tabela Nutricional

Cálculo Semanal Proteína (g): 34,24 Lipídios (g): 29,18 Carboidrato (g): 149,67 Cálcio (mg): 679,55 Ferro (mg): 12,92 Retinol (mg): 2673,82 Vitamina C (mg): 118,06 Energia (Kcal): 950,99

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
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO	• MAÇÃ 75G	• MAMÃO 60G	• MELÃO 119G	• BANANA PRATA 100G	• ABACATE 60G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA REFOGADA 30G • BRÓCOLIS REFOGADO 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE CARNE 30G • VAGEM REFOGADA 25G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • POLENTA 100G	
LANCHE	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MELÃO 119G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • BANANA PRATA 100G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAMÃO 60G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAÇÃ 75G	
JANTAR	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 33,03 Lipídios (g): 29,91 Carboidrato (g): 144,02 Cálcio (mg): 690,53 Ferro (mg): 11,82 Retinol (mg): 750,61 Vitamina C (mg): 128,95 Energia (Kcal): 928,14					

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
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• BANANA PRATA 100G	• MAÇÃ 75G	• BANANA PRATA 100G	• MAÇÃ 75G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • CARNE MOÍDA REFOGADA 30G • QUIBEBE 40G • FEIJÃO CARIOCA 60G	• ARROZ 75G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • CHUCHU REFOGADO 35G • FEIJÃO PRETO 60G	• ARROZ 75G • ISCAS DE CARNE COM BRÓCOLIS 30G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G • FEIJÃO CARIOCA 60G	• ARROZ 75G • FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 40G • QUIRERA 60G • FEIJÃO PRETO 60G	• ARROZ 75G • OVOS MEXIDOS 40G • CENOURA REFOGADA 40G • FEIJÃO CARIOCA 60G	
LANCHE	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAÇÃ COZIDA 105G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAMÃO 60G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAMÃO 60G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MELÃO 119G	
JANTAR	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 31,66 Lipídios (g): 29,02 Carboidrato (g): 149,23 Cálcio (mg): 683,72 Ferro (mg): 11,83 Retinol (mg): 1002,83 Vitamina C (mg): 129,42 Energia (Kcal): 937,77					

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
DESJEJUM	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
COLAÇÃO	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	• MELÃO 119G	• MAMÃO 60G	• BANANA PRATA 100G	
ALMOÇO	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	• ARROZ 75G • ISCAS DE CARNE 30G • POLENTA 100G • FEIJÃO PRETO 60G	• ARROZ 75G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G • FEIJÃO CARIOCA 60G	• ARROZ 75G • CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G • BRÓCOLIS REFOGADO 40G • FEIJÃO PRETO 60G	
LANCHE	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAÇÃ COZIDA 105G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MELÃO 119G	
JANTAR	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 33,30 Lipídios (g): 28,44 Carboidrato (g): 148,82 Cálcio (mg): 695,24 Ferro (mg): 11,91 Retinol (mg): 772,02 Vitamina C (mg): 130,00 Energia (Kcal): 934,65					

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
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML		
COLAÇÃO	• MAÇÃ 75G	• MAMÃO 60G	• MELÃO 119G	• MAMÃO 60G		
ALMOÇO	• ARROZ 75G • OVOS MEXIDOS 40G • VAGEM REFOGADA 25G • FEIJÃO CARIOCA 60G	• ARROZ 75G • ISCAS DE CARNE 30G • QUIBEBE 40G • FEIJÃO PRETO 60G	• ARROZ 75G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • COUVE-FLOR REFOGADA 40G • FEIJÃO CARIOCA 60G	• ARROZ 75G • CARNE MOÍDA REFOGADA 30G • QUIRERA 60G • FEIJÃO PRETO 60G		
LANCHE	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G	• BANANA PRATA 100G • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • ABACATE 60G	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • BANANA PRATA 100G		
JANTAR	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML		
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 31,44 Lipídios (g): 31,25 Carboidrato (g): 147,17 Cálcio (mg): 689,12 Ferro (mg): 11,95 Retinol (mg): 952,91 Vitamina C (mg): 136,09 Energia (Kcal): 946,48					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 32,50 Lipídios (g): 29,65 Carboidrato (g): 147,41 Cálcio (mg): 688,03 Ferro (mg): 11,98 Retinol (mg): 1065,40 Vitamina C (mg): 129,60 Energia (Kcal): 937,97					