

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, 29/06	Terça-Feira, 30/06	Quarta-Feira, 01/07	Quinta-Feira, 02/07	Sexta-Feira, 03/07	Sábado, 04/07
INTEGRAL MANHÃ			• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • MANTEIGA 7G	• VITAMINA DE BANANA COM CACAU 160ML • BISCOITO ROSQUINHA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 15G)	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
INTEGRAL TARDE			• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • MANTEIGA 7G	• VITAMINA DE BANANA COM CACAU 160ML • BISCOITO ROSQUINHA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 15G)	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,17 Lipídios (g): 23,44 Carboidrato (g): 112,85 Cálcio (mg): 427,84 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 173,35 Vitamina C (mg): 3,39 Energia (Kcal): 737,75
-----------------	--

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 06/07	Terça-Feira, 07/07	Quarta-Feira, 08/07	Quinta-Feira, 09/07	Sexta-Feira, 10/07	Sábado, 11/07
INTEGRAL MANHÃ	• LEITE COM AROMA DE COCO 150ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA 50G	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO SEQUILHOS 50G • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 15G)	• IOGURTE DE COCO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• VITAMINA DE MANGA 160ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
INTEGRAL TARDE	• LEITE COM AROMA DE COCO 150ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA 50G	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO SEQUILHOS 50G • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 15G)	• IOGURTE DE COCO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• VITAMINA DE MANGA 160ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,83 Lipídios (g): 21,17 Carboidrato (g): 126,06 Cálcio (mg): 473,86 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 152,75 Vitamina C (mg): 11,47 Energia (Kcal): 767,04					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 13/07	Terça-Feira, 14/07	Quarta-Feira, 15/07	Quinta-Feira, 16/07	Sexta-Feira, 17/07	Sábado, 18/07
INTEGRAL MANHÃ	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
INTEGRAL TARDE	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal						

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 20/07	Terça-Feira, 21/07	Quarta-Feira, 22/07	Quinta-Feira, 23/07	Sexta-Feira, 24/07	Sábado, 25/07
INTEGRAL MANHÃ	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
INTEGRAL TARDE	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal						

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 27/07	Terça-Feira, 28/07	Quarta-Feira, 29/07	Quinta-Feira, 30/07	Sexta-Feira, 31/07	Sábado, 01/08
INTEGRAL MANHÃ	RECESSO	• CHÁ DE HORTELÃ 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G) • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • PÃO DE ABÓBORA (1 un / 50G) • MANTEIGA 7G	• VITAMINA DE MORANGO 160ML • BISCOITO CREAM CRACKER 50G • MAMÃO FATIADO 85G	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 15G)	
INTEGRAL TARDE	RECESSO	• CHÁ DE HORTELÃ 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G) • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • PÃO DE ABÓBORA (1 un / 50G) • MANTEIGA 7G	• VITAMINA DE MORANGO 160ML • BISCOITO CREAM CRACKER 50G • MAMÃO FATIADO 85G	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 15G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,76 Lipídios (g): 22,35 Carboidrato (g): 110,07 Cálcio (mg): 395,51 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 196,69 Vitamina C (mg): 42,44 Energia (Kcal): 702,07					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 20,05 Lipídios (g): 22,16 Carboidrato (g): 117,72 Cálcio (mg): 438,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 171,19 Vitamina C (mg): 18,01 Energia (Kcal): 740,11					