

Observações

Este cardápio é destinado aos estudantes que frequentam as escolas de Ensino Fundamental fase I, em período parcial, 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, 30/03	Terça-Feira, 31/03	Quarta-Feira, 01/04	Quinta-Feira, 02/04	Sexta-Feira, 03/04	Sábado, 04/04
REGULAR MANHÃ			<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO DE BATATA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE 20G • BANANA (1 un / 130G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
REGULAR TARDE			<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO DE BATATA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE 20G • BANANA (1 un / 130G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 25,47 Lipídios (g): 9,40 Carboidrato (g): 120,50 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 87,72 Vitamina C (mg): 13,30 Energia (Kcal): 648,30					

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
REGULAR MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G • BATATA PALHA (10) 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 180ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) (1 un / 70G) 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • POLENTA 100G • MOLHO DE FRANGO E CENOURA 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • CAQUI AF (1 un / 150G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • CHINEQUE DE GOIABADA (1 un / 60G)
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G • BATATA PALHA (10) 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 180ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) (1 un / 70G) 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • POLENTA 100G • MOLHO DE FRANGO E CENOURA 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • CAQUI AF (1 un / 150G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • CHINEQUE DE GOIABADA (1 un / 60G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 28,12 Lipídios (g): 14,93 Carboidrato (g): 123,62 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 323,89 Vitamina C (mg): 24,11 Energia (Kcal): 729,20					

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
REGULAR MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE FRANGO E ABOBRINHA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CANJICA (LEITE AF) 200G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E CENOURA 60G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • CHINEQUE DE GOIABADA (1 un / 60G)
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE FRANGO E ABOBRINHA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CANJICA (LEITE AF) 200G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E CENOURA 60G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • CHINEQUE DE GOIABADA (1 un / 60G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 32,78 Lipídios (g): 13,53 Carboidrato (g): 124,86 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 3015,82 Vitamina C (mg): 28,63 Energia (Kcal): 741,93					

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
REGULAR MANHÃ	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA AF 180ML • SANDUÍCHE NATURAL 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 180ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO 160ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • CHINEQUE DE GOIABADA (1 un / 60G)
REGULAR TARDE	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA AF 180ML • SANDUÍCHE NATURAL 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 180ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO 160ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 160ML • CHINEQUE DE GOIABADA (1 un / 60G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 27,13 Lipídios (g): 16,82 Carboidrato (g): 128,72 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 233,80 Vitamina C (mg): 311,15 Energia (Kcal): 763,03					

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
REGULAR MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 180ML • PÃO DE CENOURA (1 un / 50G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA TETRAPAK 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO AF 100G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • BANANA (1 un / 130G) 		
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 180ML • PÃO DE CENOURA (1 un / 50G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA TETRAPAK 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO AF 100G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • BANANA (1 un / 130G) 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,20 Lipídios (g): 10,04 Carboidrato (g): 126,64 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 105,38 Vitamina C (mg): 27,84 Energia (Kcal): 727,83					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 30,26 Lipídios (g): 13,50 Carboidrato (g): 125,15 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 980,47 Vitamina C (mg): 77,23 Energia (Kcal): 731,22					