

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, 27/04 | Terça-Feira, 28/04 | Quarta-Feira, 29/04 | Quinta-Feira, 30/04 | Sexta-Feira, 01/05 | Sábado, 02/05 |
|--------------------|--|--------------------|---------------------|---------------------|------------------------------|---------------|
| DESJEJUM | | | | | FERIADO - DIA DO TRABALHADOR | • MAMÃO 60G |
| COLAÇÃO | | | | | FERIADO - DIA DO TRABALHADOR | • MAÇÃ 75G |
| ALMOÇO | | | | | FERIADO - DIA DO TRABALHADOR | |
| LANCHE | | | | | FERIADO - DIA DO TRABALHADOR | |
| JANTAR | | | | | FERIADO - DIA DO TRABALHADOR | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 1,03 Lipídios (g): 0,11 Carboidrato (g): 25,55 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 81,31 Vitamina C (mg): 73,09 Energia (Kcal): 96,33 | | | | | |

| Tipo de Refeição | Segunda-Feira, 04/05 | Terça-Feira, 05/05 | Quarta-Feira, 06/05 | Quinta-Feira, 07/05 | Sexta-Feira, 08/05 | Sábado, 09/05 |
|---------------------------|--|--|--|--|---|--|
| DESJEJUM | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G |
| COLAÇÃO | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 75G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 75G |
| ALMOÇO | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CHUCHU REFOGADO 35G • OVOS MEXIDOS 40G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • CENOURA REFOGADA 40G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G • ISCAS DE CARNE COM BRÓCOLIS 30G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA REFOGADA 30G • COUVE-FLOR REFOGADA 40G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G | |
| LANCHE | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G | <ul style="list-style-type: none"> • PERA COZIDA 75G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ COZIDA 105G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPHINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G | |
| JANTAR | <ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 160G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE LEGUMES, CARNE E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE BATATA DOCE, BRÓCOLIS, CHUCHU, FRANGO E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ABÓBORA, ABOBRINHA, FRANGO E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE CENOURA, COUVE, FUBÁ E CARNE 200G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 31,93 Lipídios (g): 11,16 Carboidrato (g): 112,38 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 501,27 Vitamina C (mg): 63,06 Energia (Kcal): 633,51 | | | | | |

| 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 |
|---------------------------|--|--|---|--|---|---------------|
| DESJEJUM | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | |
| COLAÇÃO | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G | <ul style="list-style-type: none"> • PERA 119G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G | |
| ALMOÇO | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • VAGEM REFOGADA 25G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • POLENTA 100G • ISCAS DE CARNE 30G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • QUIBEBE 40G • OVOS MEXIDOS 40G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • CHUCHU REFOGADO 35G | |
| LANCHE | <ul style="list-style-type: none"> • PERA COZIDA 75G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ COZIDA 105G | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G | |
| JANTAR | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE BATATA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE COUVE, FUBÁ E CARNE 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ESPINAFRE, LEGUMES, FRANGO E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ABOBRINHA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 38,37 Lipídios (g): 13,38 Carboidrato (g): 129,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 476,99 Vitamina C (mg): 67,04 Energia (Kcal): 744,24 | | | | | |

| 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 |
|---------------------------|---|--|---|--|--|---------------|
| DESJEJUM | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G | |
| COLAÇÃO | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 75G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 75G | |
| ALMOÇO | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G • FEIJÃO CARIOCA 60G • OVOS MEXIDOS 40G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 40G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G • FEIJÃO PRETO 60G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • ISCAS DE CARNE 30G • COUVE-FLORE REFOGADA 40G • FEIJÃO CARIOCA 60G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • FEIJÃO PRETO 60G • BETERRABA COZIDA 30G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • CENOURA REFOGADA 40G • FEIJÃO CARIOCA 60G | |
| LANCHE | <ul style="list-style-type: none"> • PERA COZIDA 75G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ COZIDA 105G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G | <ul style="list-style-type: none"> • PERA COZIDA 75G | |
| JANTAR | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE BATATA SALSA, BRÓCOLIS, FRANGO E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE COUVE, FUBÁ E CARNE 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ARROZ, BRÓCOLIS, CENOURA, CHUCHU E FRANGO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE BATATA SALSA, ESCAROLA, FÍGADO E MACARRÃO 200G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 39,13 Lipídios (g): 13,96 Carboidrato (g): 132,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1038,60 Vitamina C (mg): 73,70 Energia (Kcal): 760,26 | | | | | |

| 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 |
|---------------------------|--|---|---|--|---|---------------|
| DESJEJUM | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | |
| COLAÇÃO | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 75G | |
| ALMOÇO | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • BRÓCOLIS COZIDO 40G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G • FEIJÃO CARIOCA 60G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • POLENTA 100G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE CARNE 30G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • VAGEM REFOGADA 25G • FEIJÃO CARIOCA 60G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • ISCAS DE CARNE COM BRÓCOLIS 30G • QUIRERA 60G • FEIJÃO PRETO 60G | |
| LANCHE | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ COZIDA 105G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G | <ul style="list-style-type: none"> • PERA COZIDA 75G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G | |
| JANTAR | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE BATATA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • CANJA 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FRANGO E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ARROZ, BATATA SALSADA, CENOURA E CARNE 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 41,17 Lipídios (g): 14,29 Carboidrato (g): 135,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 425,92 Vitamina C (mg): 68,73 Energia (Kcal): 785,53 | | | | | |
| Cálculo Mensal | Proteína (g): 35,72 Lipídios (g): 12,51 Carboidrato (g): 122,37 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 581,66 Vitamina C (mg): 68,13 Energia (Kcal): 697,61 | | | | | |