

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, 02/03 | Terça-Feira, 03/03 | Quarta-Feira, 04/03 | Quinta-Feira, 05/03 | Sexta-Feira, 06/03 | Sábado, 07/03 |
|------------------|--|--|--|--|---|---------------|
| 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 | • BANANA PRATA 100G | • MAMÃO 60G | • ABACATE 60G | • MAMÃO 60G | |
| ALMOÇO | • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • CHUCHU REFOGADO 35G | • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • CENOURA REFOGADA 40G | • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G • ISCAS DE CARNE COM BRÓCOLIS 30G | • ARROZ 75G • CARNE MOÍDA REFOGADA 30G • COUVE-FLOR REFOGADA 40G • FEIJÃO PRETO 60G | • ARROZ 75G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G • FEIJÃO CARIOCA 60G | |
| LANCHE | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MELÃO 119G | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAÇÃ COZIDA 105G | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MELÃO 119G | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • BANANA PRATA 100G | |
| JANTAR | • RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 160G | • PAPA DE LEGUMES, CARNE E MACARRÃO 200G | • PAPA DE BATATA DOCE, BRÓCOLIS, CHUCHU, FRANGO E MACARRÃO 200G | • PAPA DE ABÓBORA, ABOBRINHA, FRANGO E MACARRÃO 200G | • PAPA DE LEGUMES, CARNE E MACARRÃO 200G | |

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal Proteína (g): 38,70 Lipídios (g): 23,53 Carboidrato (g): 143,24 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 871,26 Vitamina C (mg): 118,13 Energia (Kcal): 889,51

| Tipo de Refeição | Segunda-Feira, 09/03 | Terça-Feira, 10/03 | Quarta-Feira, 11/03 | Quinta-Feira, 12/03 | Sexta-Feira, 13/03 | Sábado, 14/03 |
|---------------------------|--|--|--|--|---|---------------|
| 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 | • MELÃO 119G | • ABACATE 60G | • BANANA PRATA 100G | |
| ALMOÇO | • 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 | • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • QUIBEBE 40G • OVOS MEXIDOS 40G | • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • CHUCHU REFOGADO 35G | |
| LANCHE | • 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 | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAMÃO 60G | |
| JANTAR | • PAPA DE BATATA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G | • PAPA DE COUVE, FUBÁ E CARNE 200G | • PAPA DE ESPINAFRE, LEGUMES, FRANGO E MACARRÃO 200G | • PAPA DE ABOBRINHA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G | • PAPA DE FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 37,95 Lipídios (g): 24,12 Carboidrato (g): 145,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 754,58 Vitamina C (mg): 108,52 Energia (Kcal): 900,79 | | | | | |

| Tipo de Refeição | Segunda-Feira, 16/03 | Terça-Feira, 17/03 | Quarta-Feira, 18/03 | Quinta-Feira, 19/03 | Sexta-Feira, 20/03 | Sábado, 21/03 |
|---------------------------|---|--|---|---|--|---------------|
| 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 | • BANANA PRATA 100G | • MAÇÃ 75G | • BANANA PRATA 100G | • MAÇÃ 75G | |
| ALMOÇO | • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE CARNE 30G • BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G | • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 40G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G | • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • OVOS MEXIDOS 40G • BETERRABA COZIDA 30G | • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • COUVE-FLOR REFOGADA 40G | • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • CENOURA REFOGADA 40G | |
| LANCHE | • 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 | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MAMÃO 60G | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G | |
| JANTAR | • PAPA DE BATATA SALSA, BRÓCOLIS, FRANGO E MACARRÃO 200G | • PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G | • PAPA DE COUVE, FUBÁ E CARNE 200G | • PAPA DE ARROZ, BRÓCOLIS, CENOURA, CHUCHU E FRANGO 200G | • PAPA DE BATATA SALSA, ESCAROLA, FÍGADO E MACARRÃO 200G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 38,62 Lipídios (g): 23,04 Carboidrato (g): 147,36 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1300,03 Vitamina C (mg): 116,45 Energia (Kcal): 900,19 | | | | | |

| Tipo de Refeição | Segunda-Feira, 23/03 | Terça-Feira, 24/03 | Quarta-Feira, 25/03 | Quinta-Feira, 26/03 | Sexta-Feira, 27/03 | Sábado, 28/03 |
|---------------------------|--|---|---|--|---|---------------|
| 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 | • MAMÃO 60G | • BANANA PRATA 100G | • MAMÃO 60G | • MAÇÃ 75G | |
| ALMOÇO | • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE CARNE 30G • BRÓCOLIS COZIDO 40G | • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G | • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G • POLENTA 100G | • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • VAGEM REFOGADA 25G | • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE CARNE COM BRÓCOLIS 30G • QUIRERA 60G | |
| LANCHE | • 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 | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • PERA COZIDA 75G | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • BANANA PRATA 100G | |
| JANTAR | • PAPA DE BATATA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G | • PAPA DE ARROZ, BATATA SALSAS, CENOURA E CARNE 200G | • PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FRANGO E MACARRÃO 200G | • PAPA DE ARROZ, BATATA SALSAS, CENOURA E CARNE 200G | • PAPA DE FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 39,67 Lipídios (g): 22,31 Carboidrato (g): 157,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 705,45 Vitamina C (mg): 108,63 Energia (Kcal): 938,84 | | | | | |

| 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 | | | | |
| COLAÇÃO | • MAÇÃ 75G | • MAMÃO 60G | | | | |
| ALMOÇO | • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • COUVE-FLOR REFOGADA 40G • CARNE MOÍDA REFOGADA 30G | • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CHUCHU REFOGADO 35G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G | | | | |
| LANCHE | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • MELÃO 119G | • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML • BANANA PRATA 100G | | | | |
| JANTAR | • PAPA DE BATATA DOCE, BRÓCOLIS, CHUCHU, FRANGO E MACARRÃO 200G | • PAPA DE LEGUMES, CARNE E MACARRÃO 200G | | | | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 38,84 Lipídios (g): 22,14 Carboidrato (g): 144,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 760,61 Vitamina C (mg): 137,47 Energia (Kcal): 884,49 | | | | | |
| Cálculo Mensal | Proteína (g): 38,74 Lipídios (g): 23,15 Carboidrato (g): 148,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 894,45 Vitamina C (mg): 115,16 Energia (Kcal): 905,25 | | | | | |