

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, 29/06	Terça-Feira, 30/06	Quarta-Feira, 01/07	Quinta-Feira, 02/07	Sexta-Feira, 03/07	Sábado, 04/07
REGULAR MANHÃ			• MACARRÃO PARAFUSO COLORIDO 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML • SANDUÍCHE NATURAL 100G	• VITAMINA DE MORANGO 160ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,23 Lipídios (g): 9,46 Carboidrato (g): 59,32 Cálcio (mg): 186,34 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 94,44 Vitamina C (mg): 17,00 Energia (Kcal): 374,26					

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
REGULAR MANHÃ	- CANJICA 200G - BANANA (1 un / 130G)	- SUCO POLPA DE TANGERINA 180ML - PÃO DE BATATA (1 un / 50G) - CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	- SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150G - CAQUI (1 un / 120G)	- POLENTA 100G - MOLHO DE CARNE E ABOBRINHA 50G - MELÃO FATIADO 150G	- SUCO POLPA DE UVA 180ML - SANDUÍCHE NATURAL 100G	- BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G) - LEITE 190ML
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,16 Lipídios (g): 7,95 Carboidrato (g): 55,57 Cálcio (mg): 130,05 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1539,74 Vitamina C (mg): 12,26 Energia (Kcal): 339,49					

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
REGULAR MANHÃ	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
REGULAR MANHÃ	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
REGULAR MANHÃ	RECESSO	• MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 100G • ISCAS DE CARNE E CENOURA 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • PÃO DE HAMBÚRGUER (1 un / 50G) • HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO (1 un / 42G) • QUEIJO (10) (1 un / 10G) • TOMATE (RODELA) 15G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,44 Lipídios (g): 6,10 Carboidrato (g): 64,48 Cálcio (mg): 89,57 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 54,80 Vitamina C (mg): 12,70 Energia (Kcal): 377,62					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,12 Lipídios (g): 7,85 Carboidrato (g): 59,18 Cálcio (mg): 134,57 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 702,53 Vitamina C (mg): 13,74 Energia (Kcal): 360,32					