

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, 03/08	Terça-Feira, 04/08	Quarta-Feira, 05/08	Quinta-Feira, 06/08	Sexta-Feira, 07/08	Sábado, 08/08
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	• PERA COZIDA 75G	• MAMÃO 60G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • OVOS MEXIDOS 40G • CHUCHU REFOGADO 35G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • CENOURA REFOGADA 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE CARNE COM BRÓCOLIS 30G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA REFOGADA 30G • COUVE-FLOR REFOGADA 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G	
LANCHE	• MELÃO 119G	• PERA COZIDA 75G	• MAÇÃ COZIDA 105G	• BANANA PRATA 100G	• PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	
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 CENOURA, COUVE, FUBÁ E CARNE 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 33,39 Lipídios (g): 14,33 Carboidrato (g): 121,06 Cálcio (mg): 288,54 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 621,45 Vitamina C (mg): 76,10 Energia (Kcal): 698,64					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 10/08	Terça-Feira, 11/08	Quarta-Feira, 12/08	Quinta-Feira, 13/08	Sexta-Feira, 14/08	Sábado, 15/08
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	• PERA COZIDA 75G	• BANANA PRATA 100G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • VAGEM REFOGADA 25G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE CARNE 30G • QUIBEBE 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • OVOS MEXIDOS 40G • CHUCHU REFOGADO 35G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • BRÓCOLIS COZIDO 40G	
LANCHE	• PERA COZIDA 75G	• MAÇÃ COZIDA 105G	• PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	• MAMÃO 60G	• MELÃO 119G	
JANTAR	• PAPA DE BATATA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE BATATA SALSA, ESCAROLA, FÍGADO E MACARRÃO 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): 33,70 Lipídios (g): 14,33 Carboidrato (g): 122,98 Cálcio (mg): 295,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 999,44 Vitamina C (mg): 73,11 Energia (Kcal): 709,14					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 17/08	Terça-Feira, 18/08	Quarta-Feira, 19/08	Quinta-Feira, 20/08	Sexta-Feira, 21/08	Sábado, 22/08
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	• MELÃO 119G	• BANANA PRATA 100G	• MAÇÃ COZIDA 105G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FÍGADO 30G • CENOURA REFOGADA 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE CARNE 30G • COUVE-FLOR REFOGADA 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 40G • POLENTA 100G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • BETERRABA COZIDA 30G • CARNE MOÍDA REFOGADA 30G	
LANCHE	• MELÃO 119G	• MAMÃO 60G	• MAÇÃ COZIDA 105G	• PERA COZIDA 75G	• MAMÃO 60G	
JANTAR	• PAPA DE ARROZ, BRÓCOLIS, CENOURA, CHUCHU E FRANGO 200G	• PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G	• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 160G	• CANJA 200G	• PAPA DE BATATA SALSA, ESCAROLA, FÍGADO E MACARRÃO 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,49 Lipídios (g): 14,29 Carboidrato (g): 124,10 Cálcio (mg): 288,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1724,71 Vitamina C (mg): 75,52 Energia (Kcal): 716,38					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 24/08	Terça-Feira, 25/08	Quarta-Feira, 26/08	Quinta-Feira, 27/08	Sexta-Feira, 28/08	Sábado, 29/08
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	• MAÇÃ COZIDA 105G	• MAMÃO 60G	• MELÃO 119G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G • CHUCHU REFOGADO 35G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • BETERRABA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • QUIRERA 60G • ISCAS DE CARNE COM BRÓCOLIS 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • VAGEM REFOGADA 25G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • QUIBEBE 40G	
LANCHE	• MAÇÃ COZIDA 105G	• PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	• BANANA PRATA 100G	• PERA COZIDA 75G	• BANANA PRATA 100G • LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	
JANTAR	• PAPA DE BATATA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE LEGUMES, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE BATATA SALSA, BRÓCOLIS, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ARROZ, BATATA SALSA, CENOURA E CARNE 200G	• PAPA DE FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,00 Lipídios (g): 15,56 Carboidrato (g): 129,39 Cálcio (mg): 325,69 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 608,52 Vitamina C (mg): 76,76 Energia (Kcal): 750,16					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 31/08	Terça-Feira, 01/09	Quarta-Feira, 02/09	Quinta-Feira, 03/09	Sexta-Feira, 04/09	Sábado, 05/09
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML					
COLAÇÃO	• MAÇÃ COZIDA 105G					
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • OVOS MEXIDOS 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G					
LANCHE	• MELÃO 119G					
JANTAR	• CANJA 200G					
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 26,55 Lipídios (g): 15,78 Carboidrato (g): 114,51 Cálcio (mg): 291,15 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 218,37 Vitamina C (mg): 53,45 Energia (Kcal): 642,32					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 34,26 Lipídios (g): 14,68 Carboidrato (g): 123,91 Cálcio (mg): 299,19 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 951,86 Vitamina C (mg): 74,33 Energia (Kcal): 714,95					