

Observações

Este cardápio é destinado aos estudantes que frequentam as escolas de Educação Integral, 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, 04/05	Terça-Feira, 05/05	Quarta-Feira, 06/05	Quinta-Feira, 07/05	Sexta-Feira, 08/05	Sábado, 09/05
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E ABOBRINHA 50G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 180ML • SANDUÍCHE NATURAL 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • CANJICA (LEITE AF) 200G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,70 Lipídios (g): 7,69 Carboidrato (g): 61,47 Energia (Kcal): 367,67
-----------------	--

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
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO COLORIDO 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO (LEITE AF) 160ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • POLENTA (FUBÁ AF) 100G • MOLHO DE CARNE E BRÓCOLIS 50G • PONKAN AF (1 un / 250G) 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,97 Lipídios (g): 8,63 Carboidrato (g): 60,48 Energia (Kcal): 383,99					

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
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS COM BRÓCOLIS 60G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ABACAXI 180ML • SANDUÍCHE NATURAL 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE 20G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 180ML • PÃO DE BATATA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,12 Lipídios (g): 6,61 Carboidrato (g): 53,35 Energia (Kcal): 324,78					

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
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • PÃO DE BATATA (1 un / 50G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • POLENTA (FUBÁ AF) 100G • BOLINHO DE CARNE AO SUGO 70G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM AF 50G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,80 Lipídios (g): 6,87 Carboidrato (g): 56,92 Energia (Kcal): 351,82					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,90 Lipídios (g): 7,45 Carboidrato (g): 58,05 Energia (Kcal): 357,07					