

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, 01/06	Terça-Feira, 02/06	Quarta-Feira, 03/06	Quinta-Feira, 04/06	Sexta-Feira, 05/06	Sábado, 06/06
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	FERIADO - CORPUS CHRISTI	RECESSO - CORPUS CHRISTI	
COLAÇÃO	• MAÇÃ 75G	• BANANA PRATA 100G	• MAMÃO 60G	FERIADO - CORPUS CHRISTI	RECESSO - CORPUS CHRISTI	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CHUCHU REFOGADO 35G • OVOS MEXIDOS 40G	• 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	FERIADO - CORPUS CHRISTI	RECESSO - CORPUS CHRISTI	
LANCHE	• MELÃO 119G	• PERA COZIDA 75G	• MAÇÃ COZIDA 105G	FERIADO - CORPUS CHRISTI	RECESSO - CORPUS CHRISTI	
JANTAR	• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 160G	• PAPA DE LEGUMES, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE BATATA DOCE, BRÓCOLIS, CHUCHU, FRANGO E MACARRÃO 200G	FERIADO - CORPUS CHRISTI	RECESSO - CORPUS CHRISTI	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 32,83 Lipídios (g): 14,58 Carboidrato (g): 123,79 Cálcio (mg): 293,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 688,82 Vitamina C (mg): 83,09 Energia (Kcal): 707,24					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 08/06	Terça-Feira, 09/06	Quarta-Feira, 10/06	Quinta-Feira, 11/06	Sexta-Feira, 12/06	Sábado, 13/06
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	• MELÃO 119G	• BANANA PRATA 100G	
ALMOÇO	• 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	• ARROZ 75G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • VAGEM REFOGADA 25G • FEIJÃO PRETO 60G	• ARROZ 75G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G • FEIJÃO CARIOCA 60G	• ARROZ 75G • ISCAS DE CARNE 30G • FEIJÃO PRETO 60G • BRÓCOLIS COZIDO 40G	
LANCHE	• MAÇÃ COZIDA 105G	• PAPHINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	• PERA COZIDA 75G	• MAMÃO 60G	• MAÇÃ COZIDA 105G	
JANTAR	• PAPA DE ABÓBORA, ABOBRINHA, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE CENOURA, COUVE, FUBÁ E CARNE 200G	• PAPA DE BATATA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE COUVE, FUBÁ E CARNE 200G	• PAPA DE ESPINAFRE, LEGUMES, FRANGO E MACARRÃO 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 34,13 Lipídios (g): 13,85 Carboidrato (g): 123,59 Cálcio (mg): 288,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 498,74 Vitamina C (mg): 83,85 Energia (Kcal): 706,31					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 15/06	Terça-Feira, 16/06	Quarta-Feira, 17/06	Quinta-Feira, 18/06	Sexta-Feira, 19/06	Sábado, 20/06
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	• PERA 119G	• BANANA PRATA 100G	• MAÇÃ 75G	• BANANA PRATA 100G	• MELÃO 119G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • OVOS MEXIDOS 40G • QUIBEBE 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • CHUCHU REFOGADO 35G	• ARROZ 75G • ISCAS DE FÍGADO 30G • CENOURA REFOGADA 40G • FEIJÃO PRETO 60G	• ARROZ 75G • FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 40G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G • FEIJÃO CARIOCA 60G	• ARROZ 75G • ISCAS DE CARNE 30G • COUVE-FLOR REFOGADA 40G • FEIJÃO PRETO 60G	
LANCHE	• MELÃO 119G	• MAMÃO 60G	• PERA COZIDA 75G	• MAMÃO 60G	• MAÇÃ COZIDA 105G	
JANTAR	• PAPA DE ABOBRINHA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ARROZ, BRÓCOLIS, CENOURA, CHUCHU E FRANGO 200G	• PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G	• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 160G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,45 Lipídios (g): 14,72 Carboidrato (g): 127,42 Cálcio (mg): 306,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1475,32 Vitamina C (mg): 91,96 Energia (Kcal): 734,90					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 22/06	Terça-Feira, 23/06	Quarta-Feira, 24/06	Quinta-Feira, 25/06	Sexta-Feira, 26/06	Sábado, 27/06
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	• MAMÃO 60G	• MAÇÃ 75G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • POLENTA 100G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G • BRÓCOLIS COZIDO 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE CARNE 30G • QUIRERA 60G	
LANCHE	• PERA COZIDA 75G	• MAMÃO 60G	• MAÇÃ COZIDA 105G	• PAPHINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	• BANANA PRATA 100G	
JANTAR	• CANJA 200G	• PAPA DE BATATA SALSA, ESCAROLA, FÍGADO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE BATATA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE LEGUMES, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FRANGO E MACARRÃO 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 34,50 Lipídios (g): 13,92 Carboidrato (g): 132,52 Cálcio (mg): 280,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 917,04 Vitamina C (mg): 79,63 Energia (Kcal): 741,72					

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
DESJEJUM	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML	• LEITE MATERNO / FÓRMULA INFANTIL 2 240ML				
COLAÇÃO	• MAÇÃ 75G	• MAMÃO 60G				
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE CARNE COM BRÓCOLIS 30G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • VAGEM REFOGADA 25G				
LANCHE	• PERA COZIDA 75G	• MELÃO 119G				
JANTAR	• PAPA DE ARROZ, BATATA SALSA, CENOURA E CARNE 200G	• PAPA DE FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G				
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,19 Lipídios (g): 13,94 Carboidrato (g): 123,73 Cálcio (mg): 299,43 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 392,97 Vitamina C (mg): 97,04 Energia (Kcal): 717,93					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 34,82 Lipídios (g): 14,20 Carboidrato (g): 126,82 Cálcio (mg): 292,86 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 865,40 Vitamina C (mg): 86,03 Energia (Kcal): 723,61					