

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 | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G | FERIADO - CORPUS CHRISTI | RECESSO - CORPUS CHRISTI | |
| COLAÇÃO | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 75G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G | FERIADO - CORPUS CHRISTI | RECESSO - CORPUS CHRISTI | |
| ALMOÇO | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • OVOS MEXIDOS 40G • CHUCHU REFOGADO 35G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • CENOURA REFOGADA 40G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE CARNE COM BRÓCOLIS 30G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G | FERIADO - CORPUS CHRISTI | RECESSO - CORPUS CHRISTI | |
| LANCHE | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G | <ul style="list-style-type: none"> • PERA COZIDA 75G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ COZIDA 105G | FERIADO - CORPUS CHRISTI | RECESSO - CORPUS CHRISTI | |
| JANTAR | <ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 160G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE LEGUMES, CARNE E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE BATATA DOCE, BRÓCOLIS, CHUCHU, FRANGO E MACARRÃO 200G | FERIADO - CORPUS CHRISTI | RECESSO - CORPUS CHRISTI | |

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal Proteína (g): 37,71 Lipídios (g): 13,68 Carboidrato (g): 130,34 Cálcio (mg): 297,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 637,71 Vitamina C (mg): 69,23 Energia (Kcal): 742,25

| 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 | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G |
| COLAÇÃO | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G |
| ALMOÇO | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA REFOGADA 30G • COUVE-FLOR REFOGADA 40G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • VAGEM REFOGADA 25G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE CARNE 30G • BRÓCOLIS COZIDO 40G | |
| LANCHE | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ COZIDA 105G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G | <ul style="list-style-type: none"> • PERA COZIDA 75G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ COZIDA 105G | |
| JANTAR | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ABÓBORA, ABOBRINHA, FRANGO E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE CENOURA, COUVE, FUBÁ E CARNE 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE BATATA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE COUVE, FUBÁ E CARNE 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ESPINAFRE, LEGUMES, FRANGO E MACARRÃO 200G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 32,52 Lipídios (g): 10,75 Carboidrato (g): 115,44 Cálcio (mg): 246,46 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 369,91 Vitamina C (mg): 59,51 Energia (Kcal): 643,35 | | | | | |

| 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 | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G |
| COLAÇÃO | <ul style="list-style-type: none"> • PERA 119G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 75G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G |
| ALMOÇO | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • OVOS MEXIDOS 40G • QUIBEBE 40G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • CHUCHU REFOGADO 35G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FÍGADO 30G • CENOURA REFOGADA 40G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 40G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE CARNE 30G • COUVE-FLORES REFOGADA 40G | |
| LANCHE | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G | <ul style="list-style-type: none"> • PERA COZIDA 75G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ COZIDA 105G | |
| JANTAR | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ABOBRINHA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ARROZ, BRÓCOLIS, CENOURA, CHUCHU E FRANGO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 160G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 34,85 Lipídios (g): 11,58 Carboidrato (g): 118,66 Cálcio (mg): 260,47 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1185,66 Vitamina C (mg): 66,58 Energia (Kcal): 669,52 | | | | | |

| 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 | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G |
| COLAÇÃO | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 75G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 75G | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G |
| ALMOÇO | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • POLENTA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G • BRÓCOLIS COZIDO 40G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE CARNE 30G • QUIRERA 60G | |
| LANCHE | <ul style="list-style-type: none"> • PERA COZIDA 75G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ COZIDA 105G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPHINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G | |
| JANTAR | <ul style="list-style-type: none"> • CANJA 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE BATATA SALSA, ESCAROLA, FÍGADO E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE BATATA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE LEGUMES, CARNE E MACARRÃO 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE BATATA SALSA, BRÓCOLIS, FRANGO E MACARRÃO 200G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 33,86 Lipídios (g): 12,05 Carboidrato (g): 122,32 Cálcio (mg): 275,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 698,79 Vitamina C (mg): 59,28 Energia (Kcal): 686,64 | | | | | |

| 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 | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML • PÃO DE LEITE 25G | | | | |
| COLAÇÃO | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 75G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G | | | | |
| ALMOÇO | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE CARNE COM BRÓCOLIS 30G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • VAGEM REFOGADA 25G | | | | |
| LANCHE | <ul style="list-style-type: none"> • PERA COZIDA 75G | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G | | | | |
| JANTAR | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ARROZ, BATATA SALSA, CENOURA E CARNE 200G | <ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G | | | | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 40,17 Lipídios (g): 12,88 Carboidrato (g): 122,72 Cálcio (mg): 299,43 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 337,05 Vitamina C (mg): 81,16 Energia (Kcal): 721,24 | | | | | |
| Cálculo Mensal | Proteína (g): 34,82 Lipídios (g): 11,87 Carboidrato (g): 120,65 Cálcio (mg): 268,84 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 700,58 Vitamina C (mg): 64,44 Energia (Kcal): 681,14 | | | | | |