Pauta 01

Sugestão de Cardápio

Cardápio		*Frequência*
1	*Arroz, feijão carioca, filé de coxa e sobrecoxa[1] ao molho e farofa*	*3*
2	*Arroz, feijão carioca, almôndega bovina[1] e suco de laranja[1]*	*4*
3	*Arroz, feijão carioca, empanado de peixe[1] e salada[2]*	*4*
4	*Macarrão à bolonhesa (com carne moída[1]) e suco de uva[1]*	*4*
5	*Escondidinho de carne seca (purê de batatas com carne curada)*	*5*
6	*Polenta com frango e suco de uva[1]*	*4*
7	*Composto lácteo café c/ leite e biscoito rosquinha chocolate*	*2*
8	*Composto lácteo coco e biscoito cookie integral c/ castanha*	*1*
9	*Cereal de milho com leite*	*1*
10	*Leite com achocolatado e barra de biscoito recheada*	*1*
11	*Pão[2] com doce de leite e suco de laranja[1]*	*1*
TOTAL		*30*

Obs 1: Os gêneros congelados relacionados e os suco de laranja e uva serão entregues diretamente nos estabelecimentos de ensino.
Obs 2: Considerando os itens disponíveis e os gêneros provenientes da Agricultura Familiar é possível elaborar outros cardápios. Use a criatividade!

Curitiba, março de 2014.

Fernanda Brzezinski da Cunha

Nutricionista

PARANÁ
GOVERNO DO ESTADO

Pauta 02

Sugestão de Cardápio

Cardápio		*Frequência*
1	*Arroz, feijão carioca, filé de coxa e sobrecoxa[1] ao molho e farofa*	*3*
2	*Arroz, feijão carioca, almôndega bovina[1] e suco de laranja[1]*	*3*
3	*Arroz, feijão carioca, empanado de peixe[1] e salada[2]*	*3*
4	*Macarrão à bolonhesa (com carne moída[1]) e suco de uva[1]*	*3*
5	*Escondidinho de carne seca (purê de batatas com carne curada)*	*3*
6	*Polenta com frango e suco de uva[1]*	*3*
7	*Composto lácteo café c/ leite e biscoito rosquinha chocolate*	*3*
8	*Composto lácteo coco e biscoito cookie integral c/ castanha*	*2*
9	*Cereal de milho com leite*	*1*
10	*Leite com achocolatado e barra de biscoito recheada*	*3*
11	*Pão[2] com doce de leite e suco de laranja[1]*	*3*
TOTAL		*30*

Obs 1: Os gêneros congelados relacionados e os suco de laranja e uva serão entregues diretamente nos estabelecimentos de ensino.
Obs 2: Considerando os itens disponíveis e os gêneros provenientes da Agricultura Familiar é possível elaborar outros cardápios. Use a criatividade!

Curitiba, março de 2014.

Fernanda Brzezinski da Cunha
Nutricionista

PARANÁ
GOVERNO DO ESTADO

Pauta 03

Sugestão de Cardápio

Cardápio		*Frequência*
1	*Arroz, feijão carioca, filé de coxa e sobrecoxa[1] ao molho e farofa*	*3*
2	*Arroz, feijão carioca, almôndega bovina[1] e suco de laranja[1]*	*2*
3	*Arroz, feijão carioca, empanado de peixe[1] e salada[2]*	*1*
4	*Macarrão à bolonhesa (com carne moída[1]) e suco de uva[1]*	*2*
5	*Escondidinho de carne seca (purê de batatas com carne curada)*	*2*
6	*Polenta com frango e suco de uva[1]*	*2*
7	*Composto lácteo café c/ leite e biscoito rosquinha chocolate*	*4*
8	*Composto lácteo coco e biscoito cookie integral c/ castanha*	*3*
9	*Cereal de milho com leite*	*3*
10	*Leite com achocolatado e barra de biscoito recheada*	*4*
11	*Pão[2] com doce de leite e suco de laranja[1]*	*4*
TOTAL		*30*

Obs 1: Os gêneros congelados relacionados e os suco de laranja e uva serão entregues diretamente nos estabelecimentos de ensino.
Obs 2: Considerando os itens disponíveis e os gêneros provenientes da Agricultura Familiar é possível elaborar outros cardápios. Use a criatividade!

Curitiba, março de 2014.

Fernanda Brzezinski da Cunha
Nutricionista

Pauta 04

Sugestão de Cardápio

Cardápio		*Frequência*
1	*Biscoito rosquinha chocolate e suco de uva[1]*	*4*
2	*Biscoito cookie integral c/ castanha e suco de laranja[1]*	*3*
3	*Cereal de milho com composto lácteo coco*	*5*
4	*Composto lácteo café c/ leite e biscoito rosquinha chocolate*	*4*
5	*Leite com achocolatado e barra de biscoito recheada*	*4*
6	*Sopa canja*	*10*
TOTAL		*30*

Obs 1: Os sucos de laranja e uva serão entregues diretamente nos estabelecimentos de ensino.
Obs 2: Considerando os itens disponíveis, é possível elaborar outros cardápios. Use a criatividade!

Curitiba, março de 2014.

Fernanda Brzezinski da Cunha
Nutricionista

PARANÁ
GOVERNO DO ESTADO

Pauta 05
Sugestão de Cardápio

Cardápio		*Frequência*
1	*Arroz, feijão preto, filé de coxa e sobrecoxa[1] ao molho e farofa*	*3*
2	*Arroz, feijão preto, almôndega bovina[1] e suco de laranja[1]*	*4*
3	*Arroz, feijão preto, empanado de peixe[1] e salada[2]*	*4*
4	*Macarrão à bolonhesa (com carne moída[1]) e suco de uva[1]*	*4*
5	*Escondidinho de carne seca (purê de batatas com carne curada)*	*5*
6	*Polenta com frango e suco de uva[1]*	*4*
7	*Composto lácteo café c/ leite e biscoito rosquinha chocolate*	*2*
8	*Composto lácteo coco e biscoito cookie integral c/ castanha*	*1*
9	*Cereal de milho com leite*	*1*
10	*Leite com achocolatado e barra de biscoito recheada*	*1*
11	*Pão[2] com doce de leite e suco de laranja[1]*	*1*
TOTAL		*30*

Obs 1: Os gêneros congelados relacionados e os suco de laranja e uva serão entregues diretamente nos estabelecimentos de ensino.
Obs 2: Considerando os itens disponíveis e os gêneros provenientes da Agricultura Familiar é possível elaborar outros cardápios. Use a criatividade!

Curitiba, março de 2014.

Fernanda Brzezinski da Cunha
Nutricionista

PARANÁ
GOVERNO DO ESTADO

Pauta 06

Sugestão de Cardápio

Cardápio		*Frequência*
1	*Arroz, feijão preto, filé de coxa e sobrecoxa[1] ao molho e farofa*	*3*
2	*Arroz, feijão preto, almôndega bovina[1] e suco de laranja[1]*	*3*
3	*Arroz, feijão preto, empanado de peixe[1] e salada[2]*	*3*
4	*Macarrão à bolonhesa (com carne moída[1]) e suco de uva[1]*	*3*
5	*Escondidinho de carne seca (purê de batatas com carne curada)*	*3*
6	*Polenta com frango e suco de uva[1]*	*3*
7	*Composto lácteo café c/ leite e biscoito rosquinha chocolate*	*3*
8	*Composto lácteo coco e biscoito cookie integral c/ castanha*	*2*
9	*Cereal de milho com leite*	*1*
10	*Leite com achocolatado e barra de biscoito recheada*	*3*
11	*Pão[2] com doce de leite e suco de laranja[1]*	*3*
TOTAL		*30*

Obs 1: Os gêneros congelados relacionados e os suco de laranja e uva serão entregues diretamente nos estabelecimentos de ensino.
Obs 2: Considerando os itens disponíveis e os gêneros provenientes da Agricultura Familiar é possível elaborar outros cardápios. Use a criatividade!

Curitiba, março de 2014.

Fernanda Brzezinski da Cunha

Nutricionista

PARANÁ
GOVERNO DO ESTADO

Pauta 07

Sugestão de Cardápio

Cardápio		*Frequência*
1	*Arroz, feijão preto, filé de coxa e sobrecoxa[1] ao molho e farofa*	*3*
2	*Arroz, feijão preto, almôndega bovina[1] e suco de laranja[1]*	*2*
3	*Arroz, feijão preto, empanado de peixe[1] e salada[2]*	*1*
4	*Macarrão à bolonhesa (com carne moída[1]) e suco de uva[1]*	*2*
5	*Escondidinho de carne seca (purê de batatas com carne curada)*	*2*
6	*Polenta com frango e suco de uva[1]*	*2*
7	*Composto lácteo café c/ leite e biscoito rosquinha chocolate*	*4*
8	*Composto lácteo coco e biscoito cookie integral c/ castanha*	*3*
9	*Cereal de milho com leite*	*3*
10	*Leite com achocolatado e barra de biscoito recheada*	*4*
11	*Pão[2] com doce de leite e suco de laranja[1]*	*4*
TOTAL		*30*

Obs 1: Os gêneros congelados relacionados e os suco de laranja e uva serão entregues diretamente nos estabelecimentos de ensino.
Obs 2: Considerando os itens disponíveis e os gêneros provenientes da Agricultura Familiar é possível elaborar outros cardápios. Use a criatividade!

Curitiba, março de 2014.

Fernanda Brzezinski da Cunha

Nutricionista

PARANÁ
GOVERNO DO ESTADO

Pauta 09

Sugestão de Cardápio

Cardápio		*Frequência*
1	*Arroz, feijão carioca, filé de coxa e sobrecoxa[1] ao molho e farofa*	*3*
2	*Arroz, feijão preto, almôndega bovina[1] e suco de laranja[1]*	*3*
3	*Arroz, feijão carioca, empanado de peixe[1] e salada[2]*	*3*
4	*Macarrão à bolonhesa (com carne moída[1]) e suco de uva[1]*	*3*
5	*Escondidinho de carne seca (purê de batatas com carne curada)*	*3*
6	*Polenta com frango e suco de uva[1]*	*3*
7	*Composto lácteo café c/ leite e biscoito rosquinha chocolate*	*4*
8	*Composto lácteo coco e pão[2] com doce de leite*	*4*
9	*Farinha láctea com leite*	*4*
TOTAL		*30*

Obs 1: Os gêneros congelados relacionados e os suco de laranja e uva serão entregues diretamente nos estabelecimentos de ensino.
Obs 2: Considerando os itens disponíveis e os gêneros provenientes da Agricultura Familiar é possível elaborar outros cardápios. Use a criatividade!

Curitiba, março de 2014.

Fernanda Brzezinski da Cunha
Nutricionista