



## CARDÁPIO B: MAIO 2015



**ATENÇÃO** Para receber o lanche de sábado, a escola deve preencher o formulário de solicitação de sábado letivo e encaminhar para a Gerência de Alimentação somente até quarta-feira via FAX: 3350-9922 ou E-MAIL: [carlosesantos@sme.curitiba.pr.gov.br](mailto:carlosesantos@sme.curitiba.pr.gov.br)

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
4 Sopa de Legumes com macarrão e carne (180 g)	5 Café com leite Bolo mármore	6 Canjica (120 g) Banana	7 Suco de Laranja Pão de fatiado com apresentado e queijo	8 Iogurte Biscoito cream craker Maçã	9 Chá mate Cachorro quente <b>LANCHES DE SÁBADO SERÃO ENCAMINHADOS SOMENTE COM A SOLICITAÇÃO DA UNIDADE ESCOLAR</b>
11 Sopa Minestra (120 g)  Ponkan	12 Leite com aroma de morango Pão de milho com doce de goiaba	13 Polenta com molho de carne e cenoura (180 gr)	14 Achocolatado Pão de aveia com margarina	15 Leite com sucrilhos Maçã	16 Chá mate Cachorro quente <b>LANCHES DE SÁBADO SERÃO ENCAMINHADOS SOMENTE COM A SOLICITAÇÃO DA UNIDADE ESCOLAR</b>
18 Sopa cabocla Caqui	19 Café com leite Bolo Nega Maluca	20 Salada de frutas com creme de baunilha (180 g)	21 Arroz, carne picadinha e batata (180 g)	22 Chá mate quente Cachorro quente	23 Chá mate Cachorro quente <b>LANCHES DE SÁBADO SERÃO ENCAMINHADOS SOMENTE COM A SOLICITAÇÃO DA UNIDADE ESCOLAR</b>
25 Chá mate Pão de centeio  com carne moída ao molho	26 Achocolatado Bolo de banana	27 Canjica (120 g) Pêra	28 Leite com sucrilhos Banana	29 Sopa creme de milho com carne (180 g)	30 Chá mate Cachorro quente <b>LANCHES DE SÁBADO SERÃO ENCAMINHADOS SOMENTE COM A SOLICITAÇÃO DA UNIDADE ESCOLAR</b>

**OBSERVAÇÃO:** um lanche equilibrado é aquele que contém um alimento de cada grupo, como: carboidratos, proteínas, frutas e hortaliças e alimentos fontes de cálcio (por exemplo, leite e derivados), para garantir o crescimento e desenvolvimento adequados dos estudantes.

**ESTE CARDÁPIO É DESTINADO ÀS ESCOLAS REGULARES. OS CARDÁPIOS PODEM SER ACESSADOS PELO SITE: [HTTP://carlosesantos.wix.com/alimentacao](http://carlosesantos.wix.com/alimentacao) Qualquer informação ou consideração favor contactar a Gerência de Alimentação pelo ramal 3658/3654.**

  
MARIA RÔTI MARQUES GALVÃO  
NUTRICIONISTA  
CRN - n.º 3093-B-11