

Lista de Cardápios – PARANAPOEMA- PR – Alimentação Escolar 2024

ESCOLA MUNICIPAL Manhã	Nutrição Diária: 30% Faixa Etária: 6 A 10 anos Alunos Atendidos: 165	Categoria: FUNDAMENTAL Refeições: Café da Manhã e Almoço	Nutricionista Responsável: ALINE NUNES DANTAS CRN8: 11.467
---	---	---	---

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Café da Manhã 07:45 Horas	Leite com cacau 75% Pão Francês com Manteiga	Chá Pão Francês com Manteiga	Leite com cacau 75% Pão Francês com Manteiga	Chá Pão Francês com Manteiga	Leite com cacau 75% Biscoito de nata caseiro
Almoço 10:00 Horas	Macarrão com sardinha Salada: Repolho Sobremesa: Maçã	Arroz e feijão Isca de carne com cebola e pimentão Salada: Chuchu e cenoura cozida Sobremesa: Maçã	Arroz e feijão Tiras de pernil refogado com cebola e cheiro verde Salada: Alface Sobremesa : Banana	Arroz temperado com legumes e carne moída Salada: Pepino e tomate Sobremesa: Banana	Suco de laranja Cachorro quente Sobremesa: Bolo de chocolate <i>*Em comemoração ao Dia das Crianças</i>
Composição Nutricional	ENERGIA: 461kcal CHO:60,8% PTN: 14,2% LIP:25,1%	ENERGIA: 366kcal CHO:66,3% PTN:15,2% LIP:18,5%	ENERGIA: 250kcal CHO: 58,2% PTN: 11,9% LIP: 29,8%	ENERGIA: 323kcal CHO: 55,8% PTN: 14,4% LIP: 29,8%	ENERGIA: 607kcal CHO:49,7% PTN:14,9% LIP:35,4%

- As Saladas, Legumes e as Frutas devem ser feitas de acordo com a disponibilidade sem deixar estragar.
- Nos Sucos Polpa de Frutas Integral não adicionar AÇUCAR .
- Leite (Usar Leite sem Lactose para os com Intolerância a lactose).
- Macarrão (Usar o Macarrão sem Glúten para os alunos com Doença Celíaca)
- Não deve ser feito outro tipo de alimentação aos professores e funcionário.
- Seguir o Cardápio da Semana. Caso haja mudança a nutricionista deve ser informada.