

Lista de Cardápios - PARANAPOEMA /PR – Alimentação Escolar 2022

ESCOLA MUNICIPAL TARDE	Nutrição Diária: 30% Faixa Etária: 6 A10 anos Alunos Atendidos: 88	Categoria: Refeição: LANCHE TARDE	Nutricionista Responsável: ALINE NUNES DANTAS CRN8: 11.467
-----------------------------------	---	--	---

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE TARDE 15:00 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: 259kcal CHO: 69% PTN: 16,1% LIP: 14,9%	ENERGIA: 366kcal CHO: 66,3% PTN: 15,2% LIP: 18,5%	ENERGIA: 146kcal CHO: 57,7% PTN: 11% LIP: 29,8%	ENERGIA: 304kcal CHO: 52,2% PTN: 19,9% LIP: 35%	ENERGIA: 412,82kcal CHO: 49% PTN: 14% LIP: 37%

- 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.