

**Lista de Cardápios – PARANAPOEMA- PR – Alimentação Escolar 2024**

<b>CMEI</b>	<b>Nutrição Diária:</b> 70% <b>Faixa Etária:</b> 1 a 4 anos <b>Alunos Atendidos:</b> 66	<b>Categoria:</b> Pré-escolar <b>Refeições:</b> Café da Manhã, almoço, lanche da tarde e jantar.	<b>Nutricionista Responsável:</b> ALINE NUNES DANTAS CRN8: 11.467
-------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
<b>Café da Manhã</b> 07:45 Horas	Leite com cacau 75 % Pão Francês com Manteiga	Leite com cacau 75% Pão Francês com Manteiga	Leite com cacau 75% Pão Francês com Manteiga	Leite com cacau 75% Pão Francês com manteiga	Leite com cacau 75% Pão Francês com manteiga
<b>Almoço</b> 10:30 Horas	Arroz e feijão Carne moída com batata e cenoura Salada/ Legumes cozido	Arroz e feijão Filé de frango grelhado com cebola Salada/ Legumes cozido	Arroz e feijão Lombo de porco assado Salada/ Legumes cozido	Arroz e feijão Isca de carne com pimentão Salada/ Legumes cozido	Arroz e feijão Kibe assado Salada/ Legumes cozido
<b>Lanche</b> 13:00 Horas	Chá Biscoito Fruta	Chá Biscoito Fruta	iogurte caseiro Granola	Vitamina de banana com maçã	Chá Biscoito Fruta
<b>Jantar</b> 15:30	Macarrão com cubinhos de frango	Arroz temperado com legumes e carne moída	Macarrão com frango desfiado	Sopa de feijão com frango e legumes	Suco Pão com carne moída

<b>Composição Nutricional do cardápio (Média semanal)</b>	<b>VET:</b> 710,2 kcal	<b>CHO:</b> 98,3g	<b>PTN:</b> 28,6g	<b>LIP:</b> 25,4g	<b>Vit. A:</b> 148,6mcg	<b>Vit. C:</b> 10,2mg	<b>Cálcio:</b> 365,2mg	<b>Ferro:</b> 4,78mg
-----------------------------------------------------------	---------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------------	--------------------------	---------------------------	-------------------------

- 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.