

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	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
Almoço 10:00 Horas	Arroz e feijão Ovo cozido Salada: Alface Sobremesa: Maçã	Arroz e Feijão Carne cozida com batata e cenoura Salada: Pepino e tomate Sobremesa: Maçã	Arroz e feijão Isca de carne com cebola e pimentão Salada: Batata doce e beterraba cozida Sobremesa: Banana	Macarrão com sardinha Salada: Acelga Sobremesa: Pokan	Suco de laranja Pão francês com carne moída Sobremesa: Banana
Composição Nutricional	ENERGIA: 304kcal CHO: 52,2% PTN: 19,9% LIP: 35%	ENERGIA: 404 kcal CHO: 54,5% PTN: 17% LIP: 27,8%	ENERGIA: 366kcal CHO: 66,3% PTN: 15,2% LIP: 18,5%	ENERGIA: 461kcal CHO: 60,8% PTN: 14,2% LIP: 25,1%	ENERGIA: 416kcal CHO: 65% PTN: 14% LIP: 21,1%

- 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.