

Lista de Cardápios - PARANAPOEMA /PR – Alimentação Escolar 2024

ESCOLA MUNICIPAL TARDE	Nutrição Diária: 30% Faixa Etária: 6 A 10 anos Alunos Atendidos: 88	Categoria: Refeições: 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	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: 187,30 kcal CHO: 61% PTN: 18% LIP: 21%	ENERGIA: 245kcal CHO: 69% PTN: 16,4% LIP: 14,6%	ENERGIA: 259kcal CHO: 69% PTN: 16,1% LIP: 14,9%	ENERGIA: 300kcal CHO: 69,2% PTN: 13,6% LIP: 17,2%

- **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.**