

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 Carne cozida com batata e cenoura Salada: Alface Sobremesa: Maçã	Arroz e feijão preto Tiras de pernil refogado com cebola e cheiro verde Salada: Tomate Sobremesa: Banana	Arroz Estrogonofe de frango Batata palha Salada: Alface roxa Sobremesa: Pokan	Macarrão ao molho de carne moída e cenoura Salada: Pepino Sobremesa: Maçã	Iogurte Biscoito doce Sobremesa: Banana
Composição Nutricional	ENERGIA: 404 kcal CHO: 54,5% PTN: 17% LIP: 27,8%	ENERGIA: 250kcal CHO: 58,2% PTN: 11,9% LIP: 29,8%	ENERGIA: 458 kcal CHO: 57,6% PTN: 12,5% LIP: 29,9%	ENERGIA: 437 kcal CHO: 58,2% PTN: 14,7% LIP: 27,1%	ENERGIA: 364kcal CHO: 62% PTN: 10% LIP: 28%

- **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.**