

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 | Arroz e Feijão Ovo cozido Salada: Alface Sobremesa: Maçã | Arroz e feijão Tiras de pernil refogado com cebola e cheiro verde Salada: Repolho Sobremesa: Banana | Arroz e feijão Isca de carne com cebola e pimentão Salada: Chuchu e cenoura cozida Sobremesa: Goiaba | Galinhada Salada: Repolho roxo Sobremesa: Banana | Suco de laranja Pão francês com carne moída Sobremesa: Maçã |
| Composição Nutricional | ENERGIA: 260kcal CHO: 61,6% PTN: 11,6% LIP: 26,8% | ENERGIA: 146kcal CHO: 57,7% PTN: 11% LIP: 29,8% | ENERGIA: 245kcal CHO: 69% PTN: 16,4% LIP: 14,6% | ENERGIA: 236kcal CHO: 52,4% PTN: 13,5% LIP: 34,1% | 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.**