

Lista de Cardápios – PARANAPOEMA- PR – Alimentação Escolar 2024

ESCOLA MUNICIPAL Manhã	Nutrição Diária: 30% Faixa Etária: 6 A 10 anos Alunos Atendidos: 164	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	Chá Pão Francês com Manteiga	Leite com cacau 75% Pão Francês com Manteiga	Chá Pão Francês com Manteiga	Leite com cacau 75% Pão Francês com Manteiga
Almoço 10:00 Horas	Arroz e feijão Linguça assada Salada: Alfaca Sobremesa: Maçã	Arroz e feijão Isca de carne com cebola e pimentão Salada: Repolho Sobremesa : Maçã	Arroz e Feijão, Frango ao molho com cenoura e batata Salada: Pepino Sobremesa: Pokan	Macarrão ao molho de carne moída e cenoura Salada de beterraba e chuchu cozido Sobremesa: Maçã	Suco de laranja Pão francês com carne moída Sobremesa : Banana
Composição Nutricional	ENERGIA: 490kcal CHO: 58,5% PTN: 10,2% LIP: 37,3%	ENERGIA: 366kcal CHO:66,3% PTN:15,2% LIP:18,5%	ENERGIA: 289kcal CHO:61,7% PTN:15,0% LIP:23,3%	ENERGIA: 437 kcal CHO: 58,2% PTN: 14,7% LIP: 27,1%	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.