

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 Linguiça assada Salada: Alface Sobremesa: Maçã	Arroz e feijão Isca de carne com cebola e pimentão Salada: Repolho Sobremesa : Maçã	Arroz Frango ao molho com batata e cenoura 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: 285kcal CHO: 49,6% PTN: 9,7% LIP: 47,7%	ENERGIA: 245kcal CHO: 69% PTN: 16,4% LIP: 14,6%	ENERGIA: 202kcal CHO: 64,1% PTN: 15,3% LIP: 20,6%	ENERGIA: 242,46 kcal CHO: 64% PTN: 14% LIP: 22%	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.**