

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	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	Macarrão com sardinha Salada: Alface Sobremesa: Maçã	Arroz e feijão Isca de carne com cebola e pimentão Salada: Pepino e tomate Sobremesa: Melancia	Arroz e feijão Tiras de pernil refogado com cebola e cheiro verde Salada: Brócolis e couve-flor Sobremesa: Banana	Arroz temperado com legumes e carne moída Salada: Repolho roxo Sobremesa: Melancia	Iogurte com granola Biscoito doce Sobremesa: Maçã
Composição Nutricional	ENERGIA: 461kcal CHO: 60,8% PTN: 14,2% LIP: 25,1%	ENERGIA: 366kcal CHO: 66,3% PTN: 15,2% LIP: 18,5%	ENERGIA: 250kcal CHO: 58,2% PTN: 11,9% LIP: 29,8%	ENERGIA: 323kcal CHO: 55,8% PTN: 14,4% LIP: 29,8%	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.

