

**Lista de Cardápios – PARANAPOEMA- PR – Alimentação Escolar 2025**

<b>ESCOLA MUNICIPAL</b> <b>Manhã</b>	<b>Nutrição Diária:</b> 30% <b>Faixa Etária:</b> 6 A 10 anos <b>Alunos Atendidos:</b> 105	<b>Categoria:</b> FUNDAMENTAL <b>Refeições:</b> Café da Manhã e Almoço	<b>Nutricionista Responsável:</b> ALINE NUNES DANTAS CRN8: 11.467
---	---	---	---

	<b>Segunda-Feira</b>	<b>Terça-Feira</b>	<b>Quarta-Feira</b>	<b>Quinta-Feira</b>	<b>Sexta-Feira</b>
<b>Café da Manhã</b> 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% Biscoito caseiro de nata
<b>Almoço</b> 10:00 Horas	Arroz e feijão Ovo cozido Salada: Pepino e tomate Sobremesa: Maçã	Arroz e feijão, Frango ao molho com cenoura e batata Salada: Repolho Roxo Sobremesa: Maçã	Arroz e feijão Carne em cubos ao molho Salada: Alface Sobremesa: Banana	Arroz temperado com legumes e carne moída Salada: Tomate e repolho branco Sobremesa: Maçã	Suco de Laranja Pão francês com carne moída Sobremesa: Banana
<b>Composição Nutricional</b>	<b>ENERGIA:</b> 304kcal <b>CHO:</b> 52,2% <b>PTN:</b> 19,9% <b>LIP:</b> 35%	<b>ENERGIA:</b> 289kcal <b>CHO:</b> 61,7% <b>PTN:</b> 15,0% <b>LIP:</b> 23,3%	<b>ENERGIA:</b> 367kcal <b>CHO:</b> 63,7% <b>PTN:</b> 13,2% <b>LIP:</b> 23,1%	<b>ENERGIA:</b> 323kcal <b>CHO:</b> 55,8% <b>PTN:</b> 14,4% <b>LIP:</b> 29,8%	<b>ENERGIA:</b> 416kcal <b>CHO:</b> 65% <b>PTN:</b> 14% <b>LIP:</b> 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.