

Lista de Cardápios – PARANAPOEMA- PR – Alimentação Escolar 2025

ESCOLA MUNICIPAL Manhã	Nutrição Diária: 30% Faixa Etária: 6 A 10 anos Alunos Atendidos: 105	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	Chá Pão Francês com Manteiga	Leite com cacau 75% 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
Almoço 10:00 Horas	Arroz temperado com legumes e carne moída Salada: Repolho branco Sobremesa: Maçã	Arroz e feijão Tiras de pernil refogado com cebola e cheiro verde Salada: Pepino Sobremesa: Banana	Arroz e feijão Isca de carne com cebola e pimentão Salada: Alface Sobremesa: Maçã	Sopa de macarrão com cenoura, batata e carne moída refogada Sobremesa: Banana	Suco de Laranja Pão francês com carne moída Sobremesa: Maçã
Composição Nutricional	ENERGIA: 323kcal CHO: 55,8% PTN: 14,4% LIP: 29,8%	ENERGIA: 250kcal CHO: 58,2% PTN: 11,9% LIP: 29,8%	ENERGIA: 366kcal CHO: 66,3% PTN: 15,2% LIP: 18,5%	ENERGIA: 278kcal CHO: 63,2% PTN: 12,6% LIP: 24,2%	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.