

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 e feijão Ovo cozido Salada: Beterraba cozida Sobremesa: Maçã	Arroz e feijão Tiras de pernil refogado com cebola e cheiro verde Salada: Alface Sobremesa: Banana	Arroz e Feijão Carne cozida com mandioca Salada: Pepino e tomate Sobremesa: Maçã	Macarrão ao molho de carne moída e cenoura Salada: Alface Sobremesa: Maçã	Suco de Laranja Pão francês com carne moída Sobremesa: Salada de frutas
Composição Nutricional	ENERGIA: 304kcal CHO: 52,2% PTN: 19,9% LIP: 35%	ENERGIA: 250kcal CHO: 58,2% PTN: 11,9% LIP: 29,8%	ENERGIA: 404 kcal CHO: 54,5% PTN: 17% LIP: 27,8%	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.