

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Curionópolis-PA, 22 de novembro de 2017.

CARDÁPIO 01

2ª FEIRA: ARROZ SAMBA-LELÊ-LELÊ E SUCO.

Per capta: arroz 30 g/ charque 15 g/ abobora 80g/ óleo 6,0 ml/ sal 1g/ alho 3g/ polpa 70g/ açúcar 50g/melancia 100g.

3ª FEIRA: PÃO COM OVOS MEXIDOS E ACHOCOLATADO

Per capta: pão 50g/ ovos 30g/ óleo 4 ml/ sal 1 g/ Achocolatado 15g/ leite 20g/

4ª FEIRA: CALDO DE MANDIOCA C/ CARNE MOIDA E TORRADA.

Per capta: carne moída 20g/ mandioca 70 g/ torrada 3 unidades/ óleo 4,0 ml/ sal 1,0g/ extrato 2,5g/ alho 3g/ cebola 2g/cheiro verde 5,0 g.

5ª FEIRA: VITAMINA DE BANANA COM BISCOITO

Per capta: / leite em pó 20g/ banana 50g / biscoito 25g (5 unidades).

6ª FEIRA: GALINHADA E SUCO.

Per capta: arroz 50g/ frango 70g/ óleo 4 ml/ cebola 2g/ sal 1g/ corante 10g/extrato 2,5g/ alho 1g/ vinagre 3ml/ cheiro verde 5g. : Polpa 50g/ açúcar 30g/Abacaxi 50g.

ATENÇÃO: HIGIENIZAR AS FRUTAS E HORTALIÇAS ANTES DO PREPARO

* IOGURTE: 1 VEZ POR MÊS.

Observação:

- - Para calcular a quantidade de merenda a ser preparado por turno, basto multiplicar o numero de alunos pelo per capta.
- - Procure seguir os per captas determinados acima, para que o numero de dias previstos seja atendido. Só faça substituição se os itens do cardápio não estiverem disponíveis.
- O cardápio segue a resolução Nº 26 de 2013, oferecendo no mínimo, três porções por semana nas refeições ofertadas de frutas in natura e hortaliças dos grupos ("A, B e C"), baseadas na quantidade de energia que cada uma fornece.

Karlla Stephane
KARLLA STEPHANE RODRIGUES

NUTRICIONISTA CRN7- 6724/P

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Curionópolis-PA, 22 de novembro de 2017.

CARDÁPIO 02

2ª FEIRA: SOPA DE FRANGO, MACARRAO E LEGUMES.

Per capta: frango 30g/ macarrão 10g/ batata 30g/abobora Cabotina 30g/ óleo 4,0 ml/ sal 1,0g/ extrato 2,5g/ alho 1g/ cebola 2g/corante 10g/cheiro verde 3,0g.

3ª FEIRA: VITAMINA DE ABACATE COM BISCOITO.

Per capta: / leite em pó 20g/ abacate 50g / biscoito 25,0g (5 unidades)

4ª FEIRA: PAO COM RECHEIO DE CARNE MOIDA E SUCO

Per capta: pão 50g/ carne moída 15g/ batata 10g/ extrato 5g/ alho 1g/ cebola 2g/ óleo 4 ml/ sal 1g/ corante 2,5g / polpa 70g/ açúcar 50g.

5ª FEIRA: STROGONOFÉ DE FRANGO C/ ARROZ, SALADA CRUA E SUCO.

Per capta: arroz 60g/ peito de frango 40g/ óleo 4 ml/ cebola 10g/ sal 1g/ extrato 15 g/ alho 1,0g/ vinagre 3ml/ cheiro verde 3,0g/creme de leite 30 g/alface 30 g/tomate 60 g/ polpa 70g/ açúcar 50g.

6ª FEIRA: SALADA DE FRUTA

Per capta: Banana 50g/ Laranja 50g/Maça 50,0g/ Mel 4g.

ATENÇÃO: HIGIENIZAR AS FRUTAS E HORTALIÇAS ANTES DO PREPARO

* IOGURTE: 1 VEZ POR MÊS.

Observação:

- - Para calcular a quantidade de merenda a ser preparado por turno, basto multiplicar o numero de alunos pelo per capta.
- - Procure seguir os per captas determinados acima, para que o numero de dias previstos seja atendido. Só faça substituição se os itens do cardápio não estiverem disponíveis.
- O cardápio segue a resolução Nº 26 de 2013, oferecendo no mínimo, três porções por semana nas refeições ofertadas de frutas in natura e hortaliças dos grupos ("A, B e C"), baseadas na quantidade de energia que cada uma fornece.

Karlla Stephane
KARLLA STEPHANE RODRIGUES

NUTRICIONISTA CRN7- 6724/P

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Curionópolis-PA, 22 de novembro de 2017.

CARDÁPIO 03

2ª FEIRA: ACHOCOLATADO C/ BISCOITO

Per capta: Achocolatado 15g/ leite 20g/biscoito 5 unidade.

3ª FEIRA: ARROZ C/ PICADINHO DE CARNE EM CUBO, SALADA CRUA E SUCO.

Per capta: arroz 60g/feijão 20 g/ carne 40g/ óleo 4 ml/ cebola 2g/ sal 1g/ extrato 2,5g/ alho 1g/ cheiro verde 5g/repolho 50g/tomate 60g/corante 10g/ polpa 70g/ açúcar 50g/ melancia 100g.

4ª FEIRA: AÇAÍ C/FARINHA DE MANDIOCA GROSSA

Per capta: açaí 70g/ açúcar 50g/ farinha 50,0g.

5ª FEIRA: SOPA DE FEIJO, MACARRAO E LEGUMES.

Per capta: carne moída 15g/ feijão 10g/ macarrão 10g/ batata 10g/abobora Cabotiá 10g/ óleo 4 ml/ sal 1g/ extrato 2,5g/ alho 3g/ cebola 2g/cheiro verde 5g/ Abacaxi 100g.

6ª FEIRA: CANJICA

Per capta: Milho 15g/ leite em pó 20g/ açúcar 25g.

ATENÇÃO: HIGIENIZAR AS FRUTAS E HORTALIÇAS ANTES DO PREPARO

* IOGURTE: 1 VEZ POR MÊS.

Observação:

- - Para calcular a quantidade de merenda a ser preparado por turno, basto multiplicar o numero de alunos pelo per capta.
- - Procure seguir os per captas determinados acima, para que o numero de dias previstos seja atendido. Só faça substituição se os itens do cardápio não estiverem disponíveis.
- O cardápio segue a resolução Nº 26 de 2013, oferecendo no mínimo, três porções por semana nas refeições ofertadas de frutas in natura e hortaliças dos grupos ("A, B e C"), baseadas na quantidade de energia que cada uma fornece.

Karlla Stephane
KARLLA STEPHANE RODRIGUES

NUTRICIONISTA CRN7- 6724/P