

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO LANCHE**  **10:00/15:00** | **SEGUNDA-FEIRA**  **02/05/22**  **POLENTA COM CARNE MOÍDA E SALADAS**  **FRUTA** | **TERÇA-FEIRA**  **03/05/22**  **RISOTO DE FRANGO COM SALADAS.**  **FRUTA** | **QUARTA-FEIRA**  **04/05/22**  **BOLACHA CASEIRA COM VITAMINA DE FRUTAS.**  **FRUTA** | **QUINTA-FEIRA**  **05/05/22**  **BURACO QUENTE**  **CHÁ**  **FRUTA** | **SEXTA-FEIRA**  **06/05/22**  **SOPA DE FEIJÃO**  **FRUTA** |
|  | **Composição Nutricional**  **( Med. Semanal)** | **Energia/ Kcal**  **376 Kcal** | **CHO (gr)**  **56 gr** | **PTN (gr)**  **12 gr** | **LIP (gr)**  **09 gr** |
| **HORÁRIO LANCHE**  **10:00/15:00** | **SEGUNDA-FEIRA**  **09/05/22**  **PURÊ DE BATATA C/ FRANGO E SALADAS.**  **FRUTA** | **TERÇA-FEIRA**  **10/05/22**  **. SOPA DE LEGUMES (músculo+legumes+macarrão)**  **.**  **FRUTA** | **QUARTA-FEIRA**  **11/05/22**  **BOLO DE LARANJA**  **CHÁ**  **FRUTA** | **QUNTA-FEIRA**  **12/05/22**  **ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, FAROFA DE LEGUMES E SALADAS**  **FRUTA** | **SEXTA-FEIRA**  **13/05/22**  **PÃO C/ OVO**  **CHÁ**  **FRUTA** |
|  | **Composição Nutricional**  **( Med. Semanal)** | **Energia/ Kcal**  **345 Kcal** | **CHO (gr)**  **59 gr** | **PTN (gr)**  **11 gr** | **LIP (gr)**  **12 gr** |
| **HORÁRIO LANCHE**  **10:00/15:00** | **SEGUNDA-FEIRA**  **16/05/22**  **ARROZ CARRETEIRO COM SALADAS.**  **FRUTA** | **TERÇA-FEIRA**  **17/05/22**  **QUIRERINHA C/ CARNE SUÍNA E SALADAS.**  **FRUTA** | **QUARTA-FEIRA**  **18/05/22**  **VITAMINA DE MORANGO C/ BOLACHA CASEIRA**  **FRUTA** | **QUINTA-FEIRA**  **19/05/22**  **SOPA DE FEIJÃO (carne músculo+legumes, e macarrão caseiro).**  **FRUTA** | **SEXTA-FEIRA**  **20/05/22**  **MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO DESFIADO E SALADAS**  **FRUTA** |
|  | **Composição Nutricional**  **( Med. Semanal)** | **Energia/ Kcal**  **342 Kcal** | **CHO (gr)**  **59 gr** | **PTN (gr)**  **12 gr** | **LIP (gr)**  **12 gr** |
| **HORÁRIO LANCHE**  **10:00/15:00** | **SEGUNDA-FEIRA**  **23/05/22**  **ARROZ CARRETEIRO E SALADAS.**  **FRUTA** | **TERÇA-FEIRA**  **24/05/22**  **QUIRERINHA COM CARNE SUÍNA E SALADAS.**  **FRUTA** | **QU27TA-FEIRA**  **25/05/22**  **BOLO DE CHOCOLATE CHÁ**  **FRUTA** | **QUINTA-FEIRA**  **26/05/22**  **SOPA DE LEGUMES (músculo+legumes+macarrão)**  **FRUTA** | **SEXTA-FEIRA**  **27/05/22**  **MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO DESFIADO E SALADAS**  **FRUTA** |
|  | **Composição Nutricional**  **( Med. Semanal)** | **Energia/ Kcal**  **352 Kcal** | **CHO (gr)**  **57 gr** | **PTN (gr)**  **11 gr** | **LIP (gr)**  **11 gr** |
| **Obs.: - O cardápio poderá sofrer alteração, de acordo com a disponibilidade do alimento, do fornecedor ou data de validade; FABIANA HABECK**  **- Devem ser oferecidas no mínimo 3 variedades de saladas; Nutricionista**  **- Oferecer FRUTAS TODOS os dias após as refeições; CRN3377/Pr** | | | | | |

**CARDÁPIO PARA O MÊS DE MAIO DE 2022 DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE PAULA FREITAS – PR**