

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO PARA O MÊS DE ABRIL DE 2023 DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE PAULA FREITAS – PR

HORÁRIO LANCHE 10:00/15:00	SEGUNDA-FEIRA 03/04/23 POLENTA COM CARNE MOÍDA E SALADAS FRUTA	TERÇA-FEIRA 04/04/23 ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE EGADO SALADAS. FRUTA	QUARTA-FEIRA 05/04/23 BOLO DE COCO C/ SUCO FRUTA	QUINTA-FEIRA 06/04/23 MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO DESFIADO SALADAS. FRUTA	SEXTA-FEIRA 07/04/23 FERIADO
	Composição Nutricional (Med. Semanal)	Energia/ Kcal 354 Kcal	CHO (gr) 59 gr	PTN (gr) 12 gr	LIP (gr) 10 gr
HORÁRIO LANCHE 10:00/15:00	SEGUNDA-FEIRA 10/04/23 RISOTO C/ SALADAS FRUTA	TERÇA-FEIRA 11/04/23 QUIRERINHA COM CARNE SUÍNA E SALADAS. FRUTA	QUARTA-FEIRA 12/04/23 VITAMINA DE MORANGO C/ BOLACHA CASEIRA FRUTA	QUINTA-FEIRA 13/04/23 PIROGUE DE REQUEIJÃO COM MOLHO DE PEITO DE FRANGO E SALADAS FRUTA	SEXTA-FEIRA 14/04/23 SOPA DE FEIJÃO C LEGUMES E MÚSCULO FRUTA
	Composição Nutricional (Med. Semanal)	Energia/ Kcal 348 Kcal	CHO (gr) 62 gr	PTN (gr) 11 gr	LIP (gr) 11 gr
HORÁRIO LANCHE 10:00/15:00	SEGUNDA-FEIRA 17/04/23 MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA E SALADAS FRUTA	TERÇA-FEIRA 18/04/23 ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE LEGUMES E SALADAS. FRUTA	QUARTA-FEIRA 19/04/23 PÃO C DOCE DE LEITE FRUTA	QUINTA-FEIRA 20/04/23 SOPA DE LEGUMES (músculo+legumes+macarrão) FRUTA	SEXTA-FEIRA 21/04/23 FERIADO
	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 24/04/23 ARROZ CARRETEIRO C/ SALADAS FRUTA	TERÇA-FEIRA 25/04/23 QUIRERINHA COM CARNE SUÍNA E SALADAS FRUTA	QUARTA-FEIRA 26/04/23 IOGURTE C/ BOLACHA FRUTA	QUINTA-FEIRA 27/04/23 TORTA DE LEGUMES C/ CHÁ FRUTA	SEXTA-FEIRA 28/04/23 SANDUÍCHE NATURAL (Pão integral, cenoura ralada, tomate, alface, queijo) C/ SUCO FRUTA
	Composição Nutricional (Med. Semanal)	Energia/ Kcal 368 Kcal	CHO (gr) 59 gr	PTN (gr) 10 gr	LIP (gr) 11 gr
<p>Obs.: - O cardápio poderá sofrer alteração, de acordo com a disponibilidade do alimento, do fornecedor ou data de validade - Devem ser oferecidas no mínimo 3 variedades de saladas; - Oferecer FRUTAS TODOS os dias após as refeições;</p>			<p>FABIANE HABECK Nutricionista CRN3377/Pr</p>		