

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE  
 CARDÁPIO PARA O MÊS DE JULHO DE 2023 DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE PAULA FREITAS - PR

HORARIO LANCHE	SEGUNDA-FEIRA 03/07/23	TERÇA-FEIRA 04/07/23	QUARTA-FEIRA 05/07/23	QUINTA-FEIRA 06/07/23	SEXTA-FEIRA 07/07/23
10:00/15:00	POLENTA C/ CARNE MOÍDA SALADAS FRUTA Composição Nutricional ( Med. Semanal)	. MACARRÃO CASEIRO C/ CARNE DE FRANGO SALADAS FRUTA Energia/ Kcal 346 Kcal	BOLACHA CASEIRA C/ VITAMINA DE FRUTAS FRUTAS CHO (gr) 62 gr	SOPA DE FEIJÃO C/ LEGUMES E MISCULO FRUTA PTN (gr) 11 gr	BOLO DE MAÇÃ INTEGRAL CHÁ FRUTA LP (gr) 11 gr
HORARIO LANCHE 10:00/15:00	SEGUNDA-FEIRA 24/07/23 ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE LEGUMES E SALADAS FRUTA Composição Nutricional ( Med. Semanal)	TERÇA-FEIRA 25/07/23 QUIRERINHA COM CARNE SUJINA E SALADAS. FRUTA Energia/ Kcal 368 Kcal	QUARTA-FEIRA 26/07/23 BOLO INTEGRAL (com farinha integral) DE BANANA C/ CHÁ FRUTA CHO (gr) 59 gr	QUINTA-FEIRA 27/07/23 SOPA DE LEGUMES (CARNE DE GADO, LEGUMES) FRUTA PTN (gr) 10 gr	SEXTA-FEIRA 28/07/23 PIRROQUE C/ FRANGO E SALADAS FRUTA LP (gr) 11 gr

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;

FABIANO RIBEIRO  
 Nutricionista  
 CRNE3377/Pr