

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
 CARDÁPIO PARA O MÊS DE AGOSTO DE 2024
 DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE PAULA FREITAS – PR

HORÁRIO LANCHE 10:00/15:00	SEGUNDA-FEIRA 05/08/23 POLENTA COM FRANGO E SALADAS FRUTA	TERÇA-FEIRA 06/08/23 MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOIDA SALADAS. FRUTA	QUARTA-FEIRA 07/08/23 BOLO INTEGRAL DE BANANA C/ CHÁ FRUTA	QUINTA-FEIRA 08/08/23 CREME DE MANDIOCA C/ FRANGO FRUTA	SEXTA-FEIRA 09/08/23 ARROZ, FEIJO, CARNE DE GADO EM MOLHO(músculo) SALADAS. FRUTA
	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 12/08/23 RISOTO C/ SALADAS FRUTA	TERÇA-FEIRA 13/08/23 QUIRERINHA COM CARNE SUINA E SALADAS FRUTA	QUARTA-FEIRA 14/08/23 BOLO DE AMENDOIM C/ CHÁ FRUTA	QUINTA-FEIRA 15/08/23 PIROQUE DE REQUEIJO COM MOLHO DE PEITO DE FRANGO E SALADAS FRUTA	SEXTA-FEIRA 16/08/23 SOPA DE LEGUMES (Músculo, legumes, macarrão) FRUTA
	Composição Nutricional (Med. Semanal)	Energia/Kcal 346 Kcal	CHO (gr) 62 gr	PTN (gr) 11 gr	LIP (gr) 11 gr
HORÁRIO LANCHE 10:00/15:00	SEGUNDA-FEIRA 19/08/23 MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOIDA E SALADAS FRUTA	TERÇA-FEIRA 20/08/23 MANDIOCA, FEIJO, CARNE DE FRANGO (ARROZ) E SALADAS. FRUTA	QUARTA-FEIRA 21/08/23 BOLO DE CHOCOLATE C/ CHÁ FRUTA	QUINTA-FEIRA 22/08/23 SOPA DE LEGUMES (músculo+legumes+macarrão) FRUTA	SEXTA-FEIRA 23/08/23 POLENTA COM FRANGO E SALADAS 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 26/08/23 VACA ATOLADA C/ MÚSCULO E SALADAS FRUTA	TERÇA-FEIRA 27/08/23 SANDUÍCHE NATURAL(Pão integral, cenoura ralada, tomate, alicace, queijo) C/SUCO FRUTA	QUARTA-FEIRA 28/08/23 BOLO DE CENOURA C/ CHÁ OU SUCO FRUTA	QUINTA-FEIRA 29/08/23 ARROZ, FEIJO, FAROFA DE LEGUMES, CARNE MOIDA SALADAS FRUTA	SEXTA-FEIRA 30/08/23 MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO E SALADAS FRUTA
	Composição Nutricional (Med. Semanal)	Energia/Kcal 376 Kca	CHO (gr) 56 gr	PTN (gr) 12 gr	LIP (gr) 09 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;

FABIANA MATEK
 Nutricionista
 CRN3377/PR