

CARDÁPIO PARA O MÊS DE NOVEMBRO 2024 PARA OS CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DE PAULA FREITAS

CAFÉ DA MANHÃ 8:00 – 8:15

- Café
- Leite
- Chá
- Pão Integral c/ requeijão/nata/manteiga

ALMOÇO 10:30 – 11:15

Segunda-Feira	Arroz Feijão Salada Crua Salada Cozida Macarrão c/ Frango desfiado FRUTA	Terça-Feira	Arroz Feijão Salada Crua Salada Cozida Carne de gado em molho FRUTA	Quarta-Feira	Arroz Feijão Salada Crua Salada Cozida Frango c batata FRUTA	Quinta-Feira	Arroz Feijão Salada Crua Salada Cozida Vaca atolada FRUTA	Sexta-Feira	Arroz Feijão Salada Crua Salada Cozida Quibe de forno FRUTA
Segunda-Feira	FRUTAS	Terça-Feira	FRUTAS	Quarta-Feira	Quarta-Feira 13:15 Bolo/torta	Quinta-Feira	Quinta-Feira FRUTAS	Sexta-Feira	Sexta-Feira FRUTAS
15:15 JANTAR									
Segunda-Feira	TORTA SALGADA (tomate, milho, ervilha)	Terça-Feira	PURÊ DE MANDIOCA C/ CARNE MOÍDA SALADAS	Quarta-Feira	POLENTA C/ CARNE FRANGO SALADAS	Quinta-Feira	PÃO C OVO	Sexta-Feira	RISOTO C SALADAS
Composição Nutricional (Med. Semanal)	Energia/ Kcal 991 Kcal	Energia/ Kcal 162 gr	CHO (gr) 31 gr	PTN (gr) 32 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 MARCK
Nutricionista
CRN3377/PR