

PNAE - Programa Nacional de Alimentação Escolar

CARDÁPIO

ESCOLA JOSÉ MENDES

18/02/2019 a 28/02/2019


Nara Maria Martins Queiroz

Nutricionista

CRN/1-1080

18/02/2019 Segunda-feira

- Macarrão com Linguiça

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Macarrão	45g	8 kg	8 kg
Linguixa	12g	2 kg	2 kg
Extrato de tomate	5g	850g	850g
Óleo	5ml	900ml	900ml
Cebola	3g	500g	500g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

19/02/2019 Terça-feira

- Arroz, Carne ao Molho com Mandioca

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Arroz	43g	7,5 kg	7,5 kg
Carne moída grossa	18g	4 kg	4 kg
Mandioca	10g	1,7 kg	1,7 kg
Extrato de tomate	5g	850g	850g
Óleo	5ml	900ml	900ml
Cebola	3g	500g	500g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

20/02/2019 Quarta-feira

- Rosca e Suco

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Rosca	70g (1 unidade)	140 unidades	140 unidades
Suco	200ml	13 pacotes - 26 litros	13 pacotes - 26 litros

21/02/2019 Quinta-feira

- Arroz com Frango / Salada de Repolho com Tomate

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Arroz	43g	7,5 kg	7,5 kg
Frango	50g	3 unidades	3 unidades
Repolho	40g	7 kg	7 kg
Tomate	11g	2 kg	2 kg
Óleo	5ml	900ml	900ml
Cebola	5g	900g	900g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

22/02/2019 Sexta-feira

- Mingau de Chocolate

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Leite	100ml	17 litros	17 litros
Açúcar	30g	5 kg	5 kg
Maisena	8,5g	1,5 kg	1,5 kg
Achocolatado	2g	200g	200g

25/02/2019 Segunda-feira

- Farofa de Cenoura e Carne

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Cenoura	80g	13,5 kg	13,5 kg
Farinha de mandioca	10g	1,7 kg	1,7 kg
Carne moída	25g	4 kg	4 kg
Proteína de soja	5g	850g	850g
Óleo	5ml	850g	850g
Cebola	2g	340g	340g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

26/02/2019 Terça-feira

- Arroz; Feijão com Legumes e Carne

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Arroz	43g	7,5 kg	7,5 kg
Carne moída grossa	25g	4,5 kg	4,5 kg
Batata	10g	2 kg	2 kg
Beterraba	10g	2 kg	2 kg
Cenoura	10g	2 kg	2 kg
Óleo	5ml	900ml	900ml
Cebola	3g	500g	500g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

27/02/2019 Quarta-feira

- Pão com Carne e Suco

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Pão francês	40g (1 unidade)	175 unidades	175 unidades
Carne moída	23g	4 kg	4 kg
Extrato de tomate	5g	850g	850g
Óleo	5ml	900ml	900ml
Cebola	3g	500g	500g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

28/02/2019 Quinta-feira

- Arroz com Frango / Salada de Repolho com Tomate

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Arroz	43g	7,5 kg	7,5 kg
Frango	50g	3 unidades	3 unidades
Repolho	40g	7 kg	7 kg
Tomate	11g	2 kg	2 kg
Óleo	5ml	900ml	900ml
Cebola	5g	900g	900g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		