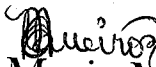


PNAE - Programa Nacional de Alimentação Escolar

CARDÁPIO

CMEI - Helena Maria Miguel
02/05/2019 a 15/05/2019


Nara Maria Martins Queiroz
Nutricionista
CRN/1-4080

LANCHE DA MANHÃ

02\05\2019 Quinta-feira

- Pão com Margarina e Leite com Achocolatado

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Pão Frances	40g (1 unidade)	4,5 kg (115 unidades)
Margarina	5g	550g
Leite	150ml	17 litros
Achocolatado	8g	900g

03\05\2019 Sexta-feira

- Macarrão com Carne / Banana

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Macarrão	34g	4 kg
Carne moída	22g	2,5 kg
Extrato de tomate	5g	575g
Óleo	6ml	690ml
Cebola	3g	345g
Tempero	Quantidade Suficiente	
Cheiro verde	Quantidade Suficiente	

06\05\2019 Segunda-feira

- Bolo e Leite com Achocolatado

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Bolo	30g (1 pedaço médio)	3 kg
Leite	150ml	17 litros
Achocolatado	8g	900g

07\05\2019 Terça-feira

- Rosca e Leite com Achocolatado

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Rosca	30g (1 unidade)	3 kg (115 unidades)
Leite	150ml	17 litros
Achocolatado	8g	900g

08\05\2019 Quarta-feira

- Pão de Queijo e Leite com Achocolatado

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Pão de queijo	30g (3 unidades)	3 kg
Leite	150ml	17 litros
Achocolatado	8g	900g

09\05\2019 Quinta-feira

- Biscoito de Polvilho e Leite com Achocolatado

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Biscoito	20g (8 unidades)	2,7 kg (22 pacotes)
Leite	150ml	17 litros
Achocolatado	8g	900g

10\05\2019 Sexta-feira

- Rosca e Leite com Achocolatado

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Rosca	30g (1 unidade)	3 kg (115 unidades)
Leite	150ml	17 litros
Achocolatado	8g	900g

13\05\2019 Segunda-feira

- Biscoito de Polvilho e Leite com Achocolatado

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Biscoito	20g (8 unidades)	2,7 kg (22 pacotes)
Leite	150ml	17 litros
Achocolatado	8g	900g

14\05\2019 Terça-feira

- Bolo e Leite com Achocolatado

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Bolo	30g (1 pedaço médio)	3 kg
Leite	150ml	17 litros
Achocolatado	8g	900g

15/05/2019 Quarta-feira

- Torrada e Leite com Acolatado

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Pão Frances	20g	2 kg (50 unidades)
Margarina	5g	550g
Leite	150ml	17 litros
Achocolatado	8g	900g

ALMOÇO

02/05/2019 Quinta-feira

- Arroz; Feijão; Almôndega ao Molho; Farofa de Abobrinha \ Salada

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Arroz	60g	4 kg
Feijão	20g	1,5 kg
Carne moída	54g	3 kg
Abobrinha	20g	1 kg
Ovo	Quantidade Suficiente	
Farinha de mandioca	Quantidade Suficiente	
Repolho	40g	
Tomate	18g	2 kg
Óleo	5ml	1 kg
Cebola	3g	300ml
Tempero	Quantidade Suficiente	200g
Cheiro verde	Quantidade Suficiente	

03/05/2019 Sexta-feira

- Arroz com Frango; Feijão; Macarronada / Salada

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Arroz	60g	4 kg
Feijão	20g	1,5 kg
Frango	100g	5 kg (2 unidades)
Macarrão	18g	1 kg
Repolho	40g	2 kg
Tomate	18g	1 kg
Extrato de tomate	5g	300g
Óleo	5ml	300ml
Cebola	3g	200g
Tempero	Quantidade Suficiente	
Cheiro verde	Quantidade Suficiente	

06/05/2019 Segunda-feira

- Arroz; Feijão; Frango ao Molho; Macarronada / Salada

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Arroz	60g	4 kg
Feijão	20g	1,5 kg
Frango	100g	6 kg
Macarrão	18g	1 kg
Repolho	40g	2 kg
Tomate	18g	1 kg
Extrato de tomate	5g	300g
Óleo	5ml	300ml
Cebola	3g	200g
Tempero	Quantidade Suficiente	
Cheiro verde	Quantidade Suficiente	

07/05/2019 Terça-feira

- Arroz; Feijão; Carne Cozida com Mandioca; Farofa de Cenoura \ Salada

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Arroz	60g	4 kg
Feijão	20g	1,5 kg
Carne moída	54g	3 kg
Mandioca	20g	1 kg
Cenoura	20g	1 kg
Farinha de mandioca	5g	300g
Repolho	40g	2 kg
Tomate	18g	1 kg
Óleo	5ml	300ml
Cebola	3g	200g
Tempero	Quantidade Suficiente	
Cheiro verde	Quantidade Suficiente	

08/05/2019 Quarta-feira

- Arroz; Feijão; Carne Suína; Quibebe de Mandioca \ Salada

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Arroz	60g	4 kg
Feijão	20g	1,5 kg
Carne suína	54g	3 kg
Mandioca	20g	1 kg
Repolho	40g	2 kg
Tomate	18g	1 kg
Óleo	5ml	300ml
Cebola	3g	200g
Tempero	Quantidade Suficiente	
Cheiro verde	Quantidade Suficiente	

09/05/2019 Quinta-feira

- Arroz; Feijão; Carne Moída ao Molho com Batata e Cenoura \ Salada

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Arroz	60g	4 kg
Feijão	20g	1,5 kg
Carne moída	54g	3 kg
Batata	20g	1 kg
Cenoura	20g	1 kg
Repolho	40g	2 kg
Tomate	18g	1 kg
Óleo	5ml	300ml
Cebola	3g	200g
Tempero	Quantidade Suficiente	
Cheiro verde	Quantidade Suficiente	

10/05/2019 Sexta-feira

- Arroz com Frango; Feijão; Macarronada / Salada

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Arroz	60g	4 kg
Feijão	20g	1,5 kg
Frango	100g	5 kg (2 unidades)
Macarrão	18g	1 kg
Repolho	40g	2 kg
Tomate	18g	1 kg
Extrato de tomate	5g	300g
Óleo	5ml	300ml
Cebola	3g	200g
Tempero	Quantidade Suficiente	
Cheiro verde	Quantidade Suficiente	

13/05/2019 Segunda-feira

- Arroz; Feijão; Carne Cozida ao Molho; Farofa de Cenoura \ Salada

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Arroz	60g	4 kg
Feijão	20g	1,5 kg
Carne moída	54g	3 kg
Cenoura	20g	1 kg
Farinha de mandioca	5g	300g
Repolho	40g	2 kg
Tomate	18g	1 kg
Óleo	5ml	300ml
Cebola	3g	200g
Tempero	Quantidade Suficiente	
Cheiro verde	Quantidade Suficiente	

14/05/2019 Terça-feira

- Arroz; Feijão; Carne Suína; Cabotíá ao Molho \ Salada

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Arroz	60g	4 kg
Feijão	20g	1,5 kg
Carne suína	54g	3 kg
Cabotíá	20g	1 kg
Repolho	40g	2 kg
Tomate	18g	1 kg
Óleo	5ml	300ml
Cebola	3g	200g
Tempero	Quantidade Suficiente	
Cheiro verde	Quantidade Suficiente	

Nara M M Queiroz
Nara M M Queiroz
 Nutricionista
 CRN/1-4080

15/05/2019 Quarta-feira

- Arroz; Feijão; Carne Moída ao Molho com Batata e Cenoura \ Salada

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Arroz	60g	4 kg
Feijão	20g	1,5 kg
Carne moída	54g	3 kg
Batata	20g	1 kg
Cenoura	20g	1 kg
Repolho	40g	2 kg
Tomate	18g	1 kg
Óleo	5ml	300ml
Cebola	3g	200g
Tempero	Quantidade Suficiente	
Cheiro verde	Quantidade Suficiente	

LANCHE DA TARDE

02/05/2019 Quinta-feira

- Pão com Margarina e Suco

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Pão Frances	40g (1 unidade)	5,5 kg (140 unidades)
Margarina	5g	700g
Suco	150ml	21 litros

03/05/2019 Sexta-feira

- Macarrão com Carne / Banana

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Macarrão	32g	4,5 kg
Carne moída	22g	3 kg
Extrato de tomate	5g	700g
Óleo	6ml	840ml
Cebola	3g	420g
Tempero	Quantidade Suficiente	
Cheiro verde	Quantidade Suficiente	

06/05/2019 Segunda-feira

- Bolo e Suco

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Bolo	30g (1 pedaço pequeno)	4 kg
Suco	150ml	21 litros

07/05/2019 Terça-feira

- Rosca e Suco

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Rosca	30g (1 unidade)	4 kg (140 unidades)
Suco	150ml	21 litros

08/05/2019 Quarta-feira

- Pão de Queijo e Suco

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Pão de queijo	30g (3 unidades)	4 kg
Suco	150ml	21 litros

09/05/2019 Quinta-feira

- Torrada e Suco

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Pão Frances	20g	3 kg
Margarina	5g	700g
Suco	150ml	21 litros

10/05/2019 Sexta-feira

- Rosca e Suco

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Rosca	30g (1 unidade)	4 kg (140 unidades)
Suco	150ml	21 litros

13/05/2019 Segunda-feira

- Biscoito e Suco

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Biscoito	20g (8 unidades)	2,2 kg (22 pacotes)
Suco	150ml	21 litros

Nara M M Queiroz
Nara M M Queiroz
 Nutricionista
 CRN/1-4080

14/05/2019 Terça-feira

- Bolo e Suco

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Bolo	30g (1 pedaço pequeno)	4 kg
Suco	150ml	21 litros

15/05/2019 Quarta-feira

- Arroz com Carne

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade total
Arroz	40g	5 kg
Carne moída	22g	3 kg
Óleo	5ml	700ml
Cebola	6g	840g
Tempero	Quantidade Suficiente	
Cheiro verde	Quantidade Suficiente	