

PNAE - Programa Nacional de Alimentação Escolar

# CARDÁPIO

ESCOLA JOSÉ MENDES

16/05/2019 a 31/05/2019

  
Nara Maria Martins Queiroz

Nutricionista

CRN/1-4080

**Escola José Mendes**  
16/05/2019 a 31/05/2019

16/05/2019 Quinta-feira

- Arroz com Frango / Salada

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Arroz	46g	7 kg	7 kg
Frango	50g	7 kg	7 kg
Repolho	50g	8 kg	8 kg
Tomate	13g	2 kg	2 kg
Óleo	6ml	900ml	900ml
Cebola	3g	500g	500g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

17/05/2019 Sexta-feira

- Feijão Tropeiro \ Sobremesa: Laranja

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Feijão	30g	4,5 kg	4,5 kg
Carne moída grossa	16g	2,5 kg	2,5 kg
Farinha de mandioca	20g	3 kg	3 kg
Couve	10g	1,7 kg	1,7 kg
Óleo	6ml	900ml	900ml
Cebola	3g	500g	500g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

20/05/2019 Segunda-feira

- Macarrão com Carne

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Macarrão	33g	5 kg	5 kg
Carne moída	13g	2 kg	2 kg
Extrato de tomate	5g	850g	850g
Óleo	6ml	900ml	900ml
Cebola	3g	500g	500g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

21/05/2019 Terça-feira

- Arroz com Batata Doce, Carne Cozida ao Molho \ Salada

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Arroz	46g	7 kg	7 kg
Carne pedaço	26g	4 kg	4 kg
Batata doce	10g	1,5 kg	1,5 kg
Repolho	50g	8 kg	8 kg
Tomate	13g	2 kg	2 kg
Extrato de tomate	5g	850g	850g
Óleo	6ml	900ml	900ml
Cebola	3g	500g	500g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

22/05/2019 Quarta-feira

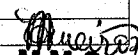
- Farofa de Cenoura e Carne \ Sobremesa: Banana

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Cenoura	80g	13 kg	13 kg
Carne moída	25g	4 kg	4 kg
Farinha de mandioca	10g	1,7 kg	1,7 kg
Óleo	6ml	900ml	900ml
Cebola	3g	500g	500g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

23/05/2019 Quinta-feira

- Leite com Achocolatado e Bolacha de Sal

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Bolacha água e sal	30g (6 unidades)	5 kg (6 pacotes)	5 kg (6 pacotes)
Leite	100ml	17 litros	17 litros
Achocolatado	3g	500g	500g

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

24/05/2019 Sexta-feira

- Arroz com Frango / Salada

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Arroz	46g	7 kg	7 kg
Frango	50g	3 unidades	3 unidades
Repolho	50g	8 kg	8 kg
Tomate	13g	2 kg	2 kg
Óleo	6ml	900ml	900ml
Cebola	3g	500g	500g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

27/05/2019 Segunda-feira

- Pão com Margarina e Suco

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Pão francês	40g (1 unidade)	150 unidades	150 unidades
Margarina	6g	1 kg	1 kg
Suco	150ml	22 litros	22 litros

28/05/2019 Terça-feira

- Arroz com Frango / Salada

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Arroz	46g	7 kg	7 kg
Frango	50g	7 kg	7 kg
Repolho	50g	8 kg	8 kg
Tomate	13g	2 kg	2 kg
Óleo	6ml	900ml	900ml
Cebola	3g	500g	500g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

29/05/2019 Quarta-feira

- Rosca e Suco

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Rosca	70g (1 unidade)	140 unidades	140 unidades
Suco	200ml	22 litros	22 litros

30/05/2019 Quinta-feira

- Arroz com Linguiça e Cenoura \ Salada

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Arroz	46g	7 kg	7 kg
Linguíça	30g	4,5 kg	4,5 kg
Cenoura	6g	1 kg	1 kg
Repolho	50g	8 kg	8 kg
Tomate	13g	2 kg	2 kg
Óleo	6ml	900ml	900ml
Cebola	3g	500g	500g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

31/05/2019 Sexta-feira

- Caldo de Frango com Mandioca

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Peito de frango	26g	4 kg	4 kg
Mandioca	20g	3 kg	3 kg
Batata	20g	3 kg	3 kg
Cenoura	10g	2 kg	2 kg
Extrato de tomate	5g	850g	850g
Óleo	6ml	900ml	900ml
Cebola	3g	500g	500g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

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