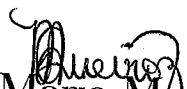


PNAE - Programa Nacional de Alimentação Escolar

# CARDÁPIO

ESCOLA JOSÉ MENDES  
16/08/2019 a 30/08/2019

  
Nara Maria Martins Queiroz  
Nutricionista  
CRN/1-4080

16/08/2019 Sexta-feira

- Pão com Carne e Suco

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Pão francês	40g (1 unidade)	150 unidades	150 unidades
Carne moída	20g	3 kg	3 kg
Extrato de tomate	5g	850g	850g
Óleo	6ml	900ml	900ml
Cebola	3g	500g	500g
Tempero	Quantidade Suficiente		
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

19/08/2019 Segunda-feira

- Sopa de Macarrão com Legumes e Carne

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Macarrão	15g	2,5 kg	2,5 kg
Carne moída	10g	4 kg	4 kg
Feijão	5g	1 kg	1 kg
Batata	20g	3 kg	3 kg
Cenoura	10g	2 kg	2 kg
Beterraba	10g	2 kg	2 kg
Extrato de tomate	5g	2 kg	2 kg
Óleo	5ml	850g	850g
Cebola	3g	900ml	900ml
Tempero	Quantidade Suficiente	500g	500g
Cheiro verde	Quantidade Suficiente		

20/08/2019 Terça-feira

- Arroz; Feijão com Legumes e Linguiça \ Salada

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

21/08/2019 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

22/08/2019 Quinta-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		

23/08/2019 Sexta-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		

26/08/2019 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		

27/08/2019 Terça-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

28/08/2019 Quarta-feira

29/08/2019 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		

30/08/2019 Sexta-feira

• Pão com Margarina e Suco

Ingredientes	Gramas per capita	Quantidade Total	
		Matutino	Vespertino
Pão francês	40g (1 unidade)	175 unidades	175 unidades
Margarina	10g	2 kg	2 kg
Suco	200ml	13 pacotes - 26 litros	13 pacotes - 26 litros

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