



MUNICÍPIO DE NOVA ESPERANÇA DO SUDOESTE

Estado do Paraná

CARDÁPIO MARÇO 2024



CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO APAE – RENASCENDO PARA VIDA

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
04/03/2024 Biscoito salgado Chá Maçã	05/03/2024 Polenta Carne suína Repolho	06/03/2024 Pão Margarina Achocolatado Banana	07/03/2024 Risoto Beterraba	08/03/2024 Macarrão bolonhesa Tomate
Média Semanal	KCAL 383,6	Carboidrato 59g – 62%	Proteína 14g – 14%	Lipídeos 11g – 26%
11/03/2024 Pão Doce de fruta Café com leite Maça	12/03/2024 Macarrão bolonhesa Alface	13/03/2024 Canjica com leite Banana	14/03/2024 Carreteiro Tomate	15/03/2024 Sopa de frango com legumes e macarrão caseiro
Média Semanal	KCAL 413,1	Carboidrato 57g – 55%	Proteína 16g – 16%	Lipídeos 14g – 29%
18/03/2024 Cuca Chá Banana	19/03/2024 Arroz Batata doce Carne suína Alface	20/03/2024 Biscoito doce Achocolatado Caqui	21/03/2024 Macarrão caseiro à bolonhesa Beterraba	22/03/2024 Sopa de feijão
Média Semanal	KCAL 413,5	Carboidrato 68g – 64%	Proteína 13g – 13%	Lipídeos 11g – 24%
25/03/2024 Pão Margarina Café com leite Banana	26/03/2024 Arroz Farofa de legumes Carne suína	27/03/2024 Bolacha salgada Iogurte Maça	28/03/2024 RECESSO ESCOLAR	29/03/2024 FERIADO
Média Semanal	KCAL 353,1	Carboidrato 52g – 59%	Proteína 12g – 14%	Lipídeos 11g – 28%
01/04/2024 Pão Doce de leite Café com leite Banana	02/04/2024 Carreteiro Tomate	03/04/2024 FERIADO (Dia da Padroeira)	04/04/2024 Bolacha doce Chá Maça	05/04/2024 Macarrão com frango Repolho
Média Semanal	KCAL 332,5	Carboidrato 51g – 50%	Proteína 13g – 12%	Lipídeos 9g – 19%

Fonte: PLAN PNAE. Obs: Cardápio sujeito a alterações se necessário

Nutricionista: Carla Koerich Ticianeli
CRN: 6534