**MUNICÍPIO DE MARUMBI/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**ESCOLA MUNICIPAL PE. LUCIANO AMBROZINI – MAIO 2023**

*Nutricionista Erica Cristina V Mendes – CRN-8 10957*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****01/05** | **TERÇA-FEIRA****02/05** | **QUARTA-FEIRA****03/05** | **QUINTA-FEIRA****04/05** | **SEXTA-FEIRA****05/05** |
| **LANCHE****MANHÃ/TARDE** | **FERIADO** | Arroz branco;Feijão carioca;Avos mexidos;Salada de batata com cenoura cozida; | Polenta cremosa com carne moída;Legumes/salada;**Sobremesa: fruta**; | Arroz branco;Feijão cozido com beterraba;Carne de porco assada;Salada de repolho com abacaxi; | Pão com carne moída;Suco polpa;**Sobremesa: fruta** |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****08/05** | **TERÇA-FEIRA****09/05** | **QUARTA-FEIRA****10/05** | **QUINTA-FEIRA****11/05** | **SEXTA-FEIRA****12/05** |
| **LANCHE****MANHÃ/TARDE** | Canja de galinha com legumes (arroz, peito de frango, tomate, abóbora cabotiá, batata, cenoura); | Polenta cremosa com carne moída;Legumes/ salada;**Sobremesa: fruta**  | Arroz com cenoura;Feijão carioca;Iscas de frango acebolada;Salada de folhas; | Arroz branco;Feijão carioca;Carne de panela com batata;Salada de folhas;**Sobremesa: fruta** | Macarronada com carne moída;Salada de beterraba cozida; |
| ***Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.**** **Cardápio sujeito a alterações devido à disponibilidade dos alimentos;**
* **Cardápio com aproximadamente 300 kcal/dia**
 |

**MUNICÍPIO DE MARUMBI/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**ESCOLA MUNICIPAL PE. LUCIANO AMBROZINI – MAIO 2023**

*Nutricionista Erica Cristina V Mendes – CRN-8 10957*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****15/05** | **TERÇA-FEIRA****16/05** | **QUARTA-FEIRA****17/05** | **QUINTA-FEIRA****18/05** | **SEXTA-FEIRA****19/05** |
| **LANCHE****MANHÃ/TARDE** | Arroz branco;Feijão carioca;Omelete de forno com legumes;Salada de folhas; | Arroz branco;Cubos de frango com creme de batata;Legumes/salada;**Sobremesa: fruta;** | Lanchinho saudável;(Hamburguer caseiro assado, alface, tomate, pão francês);Suco polpa; | Arroz nutritivo (arroz, cheiro verde, cenoura, frango desfiado);Salada de repolho;**Sobremesa: fruta;** | Sopa de macarrão com legumes e carne bovina;**Sobremesa: bolo simples;** |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****22/05** | **TERÇA-FEIRA****23/05** | **QUARTA-FEIRA****24/05** | **QUINTA-FEIRA****25/05** | **SEXTA-FEIRA****26/05** |
| **LANCHE****MANHÃ/TARDE** | Arroz branco;Feijão carioca;Carne moída com cenoura;Salada de repolho; | Canja de galinha com legumes (arroz, peito de frango, tomate, abóbora cabotiá, batata, cenoura);**Sobremesa: fruta;** | Pão com carne moída;Suco polpa;**Sobremesa: fruta;** | Polenta cremosa;Carne moída com cenoura ao molho;Legumes/ salada;**Sobremesa: fruta;** | Macarronada;Coxa e sobrecoxa assada;Purê de batata;Salada; |
| ***Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.**** **Cardápio sujeito a alterações devido à disponibilidade dos alimentos;**
* **Cardápio com aproximadamente 300 kcal/dia**
 |

**MUNICÍPIO DE MARUMBI/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**ESCOLA MUNICIPAL PE. LUCIANO AMBROZINI – MAIO 2023**

*Nutricionista Erica Cristina V Mendes – CRN-8 10957*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****29/05** | **TERÇA-FEIRA****30/05** | **QUARTA-FEIRA****31/05** | **QUINTA-FEIRA****01/06** | **SEXTA-FEIRA** |
| **LANCHE****MANHÃ/TARDE** | Arroz branco;Feijão carioca; Polenta cremosa;Carne moída;Salada; | Arroz branco;Feijão carioca;Iscas de frango acebolado;Legumes/ salada;**Sobremesa: fruta**  | Arroz Branco; Feijão Carioca; Ovo Mexido;Farofa Colorida;Legumes / Salada; | Arroz branco;Feijão carioca;Paleta suína acebolada;Farofa de legumes;salada; | Pão com carne moída;Suco de polpa;**Sobremesa: Fruta;**  |
| ***Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.**** **Cardápio sujeito a alterações devido à disponibilidade dos alimentos;**
* **Cardápio com aproximadamente 300 kcal/dia**
 |

**CREME DE BATATA INGLESA COM PEITO DE FRANGO**

**INGREDIENTES**

Batata inglesa;

Peito de frango;

Queijo ralado;

Tempero à gosto;

Leite de vaca;

**MODO DE PREPARO**

Cozinhe as batatas e bata no liquidificador com o leite e um pouquinho da água do cozimento (deixe em consistência de creme), pique o peito de frango em cubos pequenos e refogue com temperos à gosto, reserve.

Misture o creme com o frango, acrescente o leite e o queijo ralado, misture e deixe cozinhar.

Sirva em seguida.

**HAMBURGUER CASEIRO**

1 Kg de carne moída;

1 cebola batida no liquidificador (creme de cebola);

4 dentes de alho picado;

Sal, pimenta e orégano a gosto;

Misture todos os ingredientes e molde em formato de mini hamburguer;

Em uma frigideira antiaderente, deixe o hamburguer grelhar usando a gordura da própria carne;