PREFEITURA DE ARAUCÁRIA

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - DAE

FICHA TÉCNICA | **Nº 23**

Preparação: Carne Suína em cubos
Rendimento: 4,5 kg
Tempo total de preparo: 40 minutos
Peso da porção CMEI: 90 porções de 50g cozido.
Peso da porção Escola: 45 porções de 100g cozido.
Utensílios utilizados: faca, tabua de cortar, colher de servir, panela, fogão.

Ingredientes:			Informação nutricional para porções de 100g			
Produtos:	Medida caseira:	Quantidade (g/ml):	Calorias (Kcal)	Carboidrato (CHO)	Proteína (PTN)	Lipídeo (LIP)
Carne suína em cubos	5 pacotes de 1kg	5000 gramas	186	0	20,13	11,1
Alho	1 colher de sopa	15 gramas	0	0	0	0
Cebola	3 unidades	300 gramas	39,42	8,85	1,71	0,08
Sal	1 colher de sopa	25 gramas	0	0	0	0
Óleo	3 colheres de sopa	60 ml	884	0	0	100
Cheiro Verde	2 colheres de sopa	50 gramas	17	2,93	1,4	0,22

Modo de preparo:

1.Tire a carne do congelador e coloque para descongelar na geladeira;
2. Descasque e pique bem o alho e a cebola;
3. Aqueça panela de pressão com óleo, acrescente a cebola e o alho, deixe dourar apenas o suficiente para dourar igualmente;
4. Quando estiver bem dourado, acrescente a carne, e o sal e refogue bem ate ficar bem dourada;
5. Adicione água fervente suficiente para cozinhar e acione a pressão da panela e deixe cozinhar por 20 minutos;
6. Depois de cozida, desligue, espere sair toda a pressão da panela;
7. Abra a panela, e leve ao fogo novamente, deixe cozinhar por mais 10 minutos com a panela destampada;
8. Sirva prefencialmente morno.

Alérgicos:

Não contém glúten nem derivados de leite.

Observações:

Descongelar a carne no refrigerador, usar uma pequena quantidade de óleo.
Para crianças com laudo realizar a devida troca conforme o cardápio.

* Aferir e registrar a tempertura assim que terminar a preparaçao para garantir o controle de qualidade e boas práticas da cozinha.

*Também é necessário retirar amostra da preparação com no mínimo 100g e armazená-la com devida identificação por no mínimo 3 dias.

Secretaria Municipal de Educação
+55 41 3614-7450 / smed@educacao.araucaria.pr.gov.br
Rua Lourenço Jasiocha, 2197 - Centro - CEP 83702 090 - Araucária / PR

ANA LIGIA OMMATI KASSIM
25/03/2024 11:24:10
CÂMARA MUNICIPAL DE ARAUCÁRIA
Assinatura digital avançada com certificado digital não ICP-Brasil.

JAMIRES SOARES BASTOS DA SILVA
25/03/2024 11:33:25
CÂMARA MUNICIPAL DE ARAUCÁRIA
Assinatura digital avançada com certificado digital não ICP-Brasil.

ESTE DOCUMENTO FOI ASSINADO EM: 25/03/2024 11:24 -03:00 -03
PARA CONFERÊNCIA DO SEU CONTEÚDO ACESSE https://c.atende.net/p66018914a040de.
POR ANA LIGIA OMMATI KASSIM - (058.065.399-46) EM 25/03/2024 11:24