



PREFEITURA DE ARAUCÁRIA

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - DAE

FICHA TÉCNICA

Nº 14



Preparação: Canjica branca cozida a vapor

Rendimento: 8,4 kg

Tempo total de preparo: 40 minutos

Peso da porção Escola: 84 porções de 100g.

Utensílios utilizados: Colher de servir, panela, fogão.

Ingredientes:

Informação nutricional para porções de 100g

| Produtos: | Medida caseira: | Quantidade (g/ml): | Calorias (Kcal) | Carboidrato (CHO) | Proteína (PTN) | Lípídeo (LIP) |
|------------------------|-----------------|--------------------|-----------------|-------------------|----------------|---------------|
| Canjica cozida a vapor | 1 pacote | 3000 | 107 | 19 | 2,3 | 2,3 |
| Mistura em pó | 1 pacote | 1,2 | | | | |
| Água | 4,2 litros | 4,2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Modo de preparo:

1. Dissolver a mistura em pó em 4,2 litros de água;
2. Cortar a extremidade do pacote de 3kg de canjica branca;
3. Acrescente a mistura dissolvida;
4. Levar ao fogo mexendo sempre até ferver, cozinhar em fogo baixo por 3 minutos.
5. Servir preferencialmente morno .

Alérgicos:

Contém leite e derivados de soja.
Contém açúcar.
Não contém glúten.

Observações:

Para alunos que apresentaram laudo médico de intolerância a lactose ou APLV deve-se realizar a troca do pó para mistura por leite sem lactose ou leite vegetal.
Para alunos em estado de obesidade ou diabetes deve ser realizada a troca do pó para mistura por leite desnatado e adoçante.

* Aferir e registrar a temperatura assim que terminar a preparação 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

