PREFEITURA DE ARAUCÁRIA

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - DAE

FICHA TÉCNICA | **N° 21**

Preparação: Carne Moída ao molho de tomate
Rendimento: 4 kg
Tempo total de preparo: 60 minutos
Peso da porção CMEI: 80 porções de 50g cozido.
Peso da porção Escola: 40 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 Moída	4 pacotes de 1 kg	4000 gramas	371,12	77,94	10	1,3
Alho	10 dentes de alho	50 gramas	17	3,6	1,1	0
Cebola	3 unidades	300 gramas	39,42	8,85	1,71	0,08
Sal	1 colher de sopa	15 gramas	0	0	0	0
Óleo	3 colheres de sopa	60 gramas	884	0	0	100
Salsinha	1/2 colher	15 gramas	33	6,34	2,98	0,6
Cebolinha	1/2 colher	15 gramas	19,52	3,37	1,87	0,35
Extrato de tomate	1 sache	300 gramas	20	3,9	1,1	0

Modo de preparo:

1. Retire a carne do congelador para descongelar na geladeira;
2. Numa panela, refogue o alho e a cebola no óleo;
3. Em seguida adicione a carne moída e tempere-a com sal;
4. Misture bem e refogue a carne no fogo médio;
4. Adicione água e o extrato de tomate, deixe cozinhar;
6. Adicione a cebolinha e salsinha. Sirva em seguida.

Alérgicos:

Não contém glúten nem derivados de leite.

Observações:

Descongelar a carne no refrigerador, usar uma pequena quantidade de óleo.

* 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 11:22:09
CÂMARA MUNICIPAL DE ARAUCÁRIA
Assinatura digital avançada com certificado digital não ICP-Brasil.

JAMIRES SOARES BASTOS DA SILVA
25/03/2024 11:32:42
CÂMARA MUNICIPAL DE ARAUCÁRIA
Assinatura digital avançada com certificado digital não ICP-Brasil.

ESTE DOCUMENTO FOI ASSINADO EM 25/03/2024 11:22 -03:00 -03
PARA CONFERÊNCIA DO SEU CONTEÚDO ACESSE https://c.atende.net/p66018894a3b988.
POR ANA LIGIA OMMATI KASSIM - (058.065.399-46) EM 25/03/2024 11:22