PREFEITURA DE ARAUCÁRIA

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - DAE

FICHA TÉCNICA | **Nº 41**

Preparação: Quirera

Rendimento: 2 Kg

Tempo total de preparo: 40 min

Rendimento e peso da porção CMEI: 40 porções de 50g (uma concha média).

Rendimento e peso porção Escola: 20 porções de 100g (uma concha grande).

Utensílios utilizados: faca, tabua de cortar, colher, panela, chaleira, vasilha, fogão.

Ingredientes:			Informação nutricional para cada 100g			
Produtos:	Medida caseira:	Quantidade (g/ml):	Calorias (Kcal)	Carboidrato (CHO)	Proteína (PTN)	Lipídeo (LIP)
Canjiquinha	1 pacote de 1 Kg	1 quilo	374	84	6	0
Alho	1 colher de sopa	20 gramas	113	23,9	7	0,2
Cebola	1 unidades grandes	100 gramas	39	8,9	1,7	0,1
Sal	1 colher de sopa	20 gramas	0	0	0	0
Óleo	1/2 caneca	50 ml	884	0	0	100
Cheiro verde	a gosto	1/2 maço	34	5,85	2,79	0,43

Modo de preparo:

1. Deixar a quirera de molho em um recipiente;
2. Dourar alho e a cebola juntamente com o óleo;
3. Acrescentar a quirera escorrida, acrescente agua quente;
4. Cozinhar em fogo brando, mexendo para não grudar;
5. No final do cozimento temperar com sal e salpicar o cheiro verde;
6. Servir.

Alérgicos:

Contém glúten.

Observações:

Observação: É necessário realizar a hidratação da quirera antes do preparo.
Para alérgicos que apresentaram laudo médico ou nutricional, realizar devida troca prevista no 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
27/03/2024 11:49:56
CÂMARA MUNICIPAL DE ARAUCÁRIA
Assinatura digital avançada com certificado digital não ICP-Brasil.

JAMIRES SOARES BASTOS DA SILVA
27/03/2024 11:51:18
CÂMARA MUNICIPAL DE ARAUCÁRIA
Assinatura digital avançada com certificado digital não ICP-Brasil.

ESTE DOCUMENTO FOI ASSINADO EM: 27/03/2024 11:50 -03:00 -03
PARA CONFERÊNCIA DO SEU CONTEÚDO ACESSE https://c.atende.net/p66043217ea7eae.
POR ANA LIGIA OMMATI KASSIM - (058.065.399-46) EM 27/03/2024 11:50