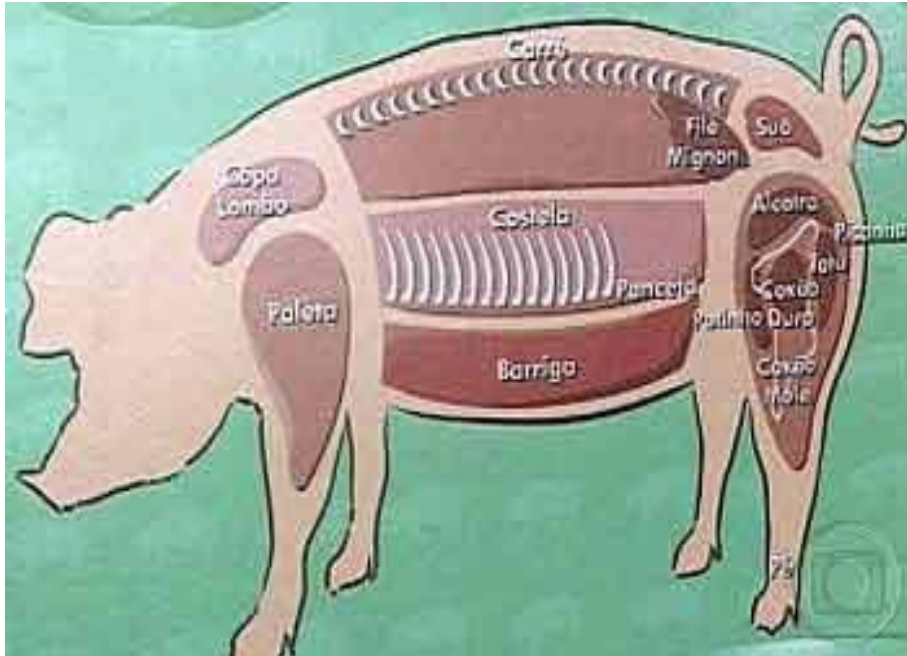


## PRÁTICA; CORTES SUINOS



1. ALCATRA
2. BARRIGA DESOSSADA COM LOMBO (OU TOUCINHO E BACON)
3. **BISTECA**
4. COPA COM OSSO
5. **COPA SEM OSSO**
6. **CARRÉ SEM VERTEBRA**
7. COROA
8. **COSTELA**
9. COXÃO DE FORA
10. COXÃO DE DENTRO
11. FRALDINHA
12. FILÉ MIGNON
13. GORDURA
14. **LOMBO COM CORTE NORMAL**
15. LOMBO FATIADO
16. LOMBO COM CORTE BORBOLETA
17. LOMBO COM CORTE LONGITUDINAL
18. MÚSCULO
19. PELE
20. PALETA COM PONTA DE PEITO
21. **PALETA COM OSSO**
22. PALETA INTEIRA
23. PATINHO
24. **PERNIL**
25. **PERNIL PARA TENDER**
26. **PERNIL PARA PRESUNTO DE PARMA**
27. PICANHA



Corte de carne	Glicídios	Proteínas	lipídios	Colesterol	Ferro	% RDA

1. Visita aos supermercados coletando dados das carnes a venda (peso, temperatura, etc.(.), tipo de embalagem)
2. Para o tipo de preparação e per capita podem ser consultados serviços de alimentação e nutrição e na literatura.
3. Para a composição consultar revistas do periódico da CAPES, tabela de composição de alimentos.
4. Consultar a tabela apresentada na aula de cardápios e verificar em quantos % a carne atinge o valor diário de referência.