Prefeitura Municipal de Campo Largo

"DECRETO Nº 4/74"

Data: 28 de janeiro de 1974.

O PREFEITO MUNICIPAL DE CAMPO LARGO, Estado do Paraná, usando das atribuições que lhe são conferidas por lei e atendendo que os vencidos nos protocolos sob nºs 080/74, 081/74, 082/74 e 083/74, diz respeito a construções antigas, procedidas em imóveis com croquis devidamente aprovados, bem como que os respectivos projetos foram elaborados por profissional credenciado pelo CREA e, além de pagos os emolumentos devidos, obtiveram aprovação da Unidade Sanitária competente,

D E C R E T A :

Art. 1º — As construções constantes dos projetos a que se referem os mencionados protocolos, em que é Requerente ANTONIO FERREIRA PORTELA, são consideradas regulares, para fins de Cadastro Municipal e do CREA da 7.ª Região.

Art. 2º — Revogam-se as disposições em contrário.

Edifício da Prefeitura Municipal de Campo Largo, em 28 de janeiro de 1974.

CARLOS J. ZANLORENZI
Prefeito Municipal

ÁDRIA CONSTANTINA STOCO MORES
Secretário da Prefeitura

"DECRETO Nº 3/74"

Data: 25 de janeiro de 1974.

O PREFEITO MUNICIPAL DE CAMPO LARGO, Estado do Paraná, usando das atribuições que lhe são conferidas por lei,

R E S O L V E :

dispensar REGINALDO A. QUIMELLI, das funções que vinha exercendo na Comissão Municipal de Avaliação, para que fôra designado pelo Decreto nº 24/73, de 13-02-73, designando o DR. MÁRIO JOSÉ KUSTER, para substituí-lo naquele órgão.

Edifício da Prefeitura Municipal de Campo Largo, em 28 de janeiro de 1974.

CARLOS J. ZANLORENZI
Prefeito Municipal

ÁDRIA CONSTANTINA STOCO MORES
Secretário da Prefeitura

"DECRETO Nº 2/74"

Data: 25 de janeiro de 1974.

O PREFEITO MUNICIPAL DE CAMPO LARGO, Estado do Paraná, usando das atribuições que lhe são conferidas por lei,

D E C R E T A :

Art. 1º — Fica declarada de utilidade pública, para fins de desapropriação, uma área, já delimitada de 681,00 m2 (seiscentos e oitenta e um metros quadrados), a ser desmembrada de um lote de terreno de propriedade de ANTONIO MAZON, situado na atual Avenida Padre Natal Pigato, nesta cidade.

Art. 2º — Este Decreto entra em vigor na data de sua publicação, revogadas as disposições em contrário.

Edifício da Prefeitura Municipal de Campo Largo, em 25 de janeiro de 1974.

CARLOS J. ZANLORENZI
Prefeito Municipal

ÁDRIA CONSTANTINA STOCO MORES
Secretário da Prefeitura

"DECRETO Nº 1/74"

Data: 25 de janeiro de 1974.

O PREFEITO MUNICIPAL DE CAMPO LARGO, Estado do Paraná, usando das atribuições que lhe são conferidas por lei,

D E C R E T A :

Art. 1º Fica elevado para o símbolo F-I, a gratificação atribuída ao servidor ROMEU FABRIS, ocupante do cargo de Assessor Fazendário, padrão "O", do Quadro de Pessoal Permanente desta Prefeitura, a partir de 1º de janeiro de 1974.

Edifício da Prefeitura Municipal de Campo Largo, em 28 de janeiro de 1974.

CARLOS J. ZANLORENZI
Prefeito Municipal

ÁDRIA CONSTANTINA STOCO MORES
Secretário da Prefeitura

"DECRETO Nº 117/73"

Data: 31 de dezembro de 1973.

O PREFEITO MUNICIPAL DE CAMPO LARGO, Estado do Paraná, usando das atribuições que lhe são conferidas por lei e tendo em vista o disposto no parágrafo único do art. 10º, da Lei Municipal nº 193, de 18 de agosto de 1971,

D E C R E T A :

Art. 1º — A contar de 1º de janeiro do corrente ano, os funcionários do Quadro de Pessoal Permanente desta Prefeitura, abaixo relacionados, ficam promovidos ao padrão imediatamente superior, a saber:

Nome	Cargo	Pad. Ant.	Pad. At.
Ádria C. Stoco Mores	Secretário	O	R
Enir Leon Bordes	Assessor Fazendário	Q	R
Lauro Perussolo	Assessor Fazendário	N	O
Romeu Fabris	Assessor Fazendário	N	O
Paulo Malinovski	Oficial Administrativo	M	N
Nadyr J.B. Ferraz	Oficial Administrativo	M	N
Maria C.H. Andrade	Oficial Administrativo	M	N
Atilio Castagnoli Fº	Fiscal de Rendas	N	O
Augusto de Paiva Vidal	Escriturário	K	L
José Maria Soares	Escriturário	K	L
Osório Portella Filho	Escriturário	N	N
Neusa Mattes de Souza	Escriturário	K	L
Ronald A. Vidal Andrade	Tributador	L	M
Irene T. Portella	Escrevente Datilógrafo	J	K
Altayr Castagnoli	Auxiliar de Topógrafo	N	O
Antonio Vidal	Fiscal de Obras	M	N
João Dezoti	Operador de Máquinas	J	K
Custódio R. Andrade	Mestre de Obras	M	N
Afonso de Nez	Mestre de Obras	L	M
Ayrton Coltro	Motorista	M	N
Roseclea Hoffmann Azevedo	Telefonista	J	K
Doraci N. Gerchvski	Servente	J	K

Art. 2º — Revogam-se as disposições em contrário.

Edifício da Prefeitura Municipal de Campo Largo, em 31 de dezembro de 1973.

CARLOS J. ZANLORENZI
Prefeito Municipal

Prefeitura Municipal de Campo Largo
«Edital N.º 2/74»

CONVOCAÇÃO EXTRAORDINÁRIA DA CÂMARA MUNICIPAL

De acordo com o item XIV, do art. 75 e art. 42 e § 1º, da Lei Complementar nº 2, de 18-06-73, (Lei Orgânica dos Municípios), fica pelo presente, convocada extraordináriamente a Câmara Municipal de Campo Largo, no dia 5 de fevereiro de 1974, às 20,00 horas, para apreciar e deliberar sobre projeto de lei nº 2/74, que autoriza o Executivo Municipal a doar um terreno ao Estado do Paraná a fim de ser edificado um prédio para a Agência de Rendas desta cidade.

Edifício da Prefeitura Municipal de Campo Largo, em 30 de janeiro de 1974.

CARLOS J. ZANLORENZI
Prefeito Municipal

POLOVI S/A.
Indústria e Comércio

MATRIZ: Rodovia do Café — km. 25 — Caixa Postal, 690 — End. Telegr.: "POLOVI" — Fones: Diretoria: 8-5212 — Escritório Central: 8-5412
CAMPO LARGO — PARANÁ

DECORADORA
Rodovia do Café — km. 28 — Fone: 8-5453 — Itaqui

ARTEFATOS DE MADEIRA E METAL
Rodovia do Café — km. 28 — Fone: 8-5354 — Itaqui
CAMPO LARGO — PARANÁ

FILIAIS:
1 — Rodovia BR-116 — Curitiba — Pôrto Alegre — km. 7 — Pinheirinao — CURITIBA — PR
2 — Rua do Príncipe, 666 — Caixa Postal, 699 — Fone: 2465 — JOINVILLE — SC
3 — Rodovia BR-116 — Curitiba — São Paulo — km. 21 — CAMPINA GRANDE DO SUL — PR
4 — Rodovia do Café — km. 28 — Fone: 8-5254 — Itaqui — CAMPO LARGO — PR

Porcelanas — Louças — Vidros — Cristais — Inoxidáveis — Artigos finos para presentes — Decorações artísticas em porcelanas — Artefatos de madeira e metal

Emprêsa Sul Americana de Transportes em Ônibus Ltda.

FONE: 8-5443

ÔNIBUS TODOS OS DIAS PARA:

CAMPO LARGO—CURITIBA — Vice-versa
Estrada nova

CAMPO LARGO—CURITIBA — Vice-versa
Estrada velha

CAMPO LARGO—BALSA NOVA — Vice-versa

CAMPO LARGO—ITAQUI — Vice-versa

CAMPO LARGO—BUGRE — Vice-versa

CAMPO LARGO—SÃO CAETANO — Vice-versa

Dante Portugal Castagnolli
MÉDICO

Clínica Geral — Partos — Curso de Especialização no Hospital N. Sra. das Graças em Curitiba — Cirurgia
Consultório — Praça Atilio Barbosa, 222 — Fone: 8-5247

NOVIDADES (BANCA) ZECA
LIVRARIA — PAPELARIA
BRINQUEDOS — MIUDESAS EM GERAL
LIVROS: Infantil e Juvenil
Para colorir — Revistas — Almanaques e Manuais.
Cintos — Carteiras e mais uma centenas de artigos para presentes.
SEMPRE NOVIDADES
Cartões para Natal — Ano Novo e Retribuição — Papel para presentes — Fitilhos, etc.

O PIONEIRO NO RAMO — PRAÇA DA MATRIZ

PAPAI NOEL AGORA É O SANTOS, IRMÃO, E JÁ FAZ MILAGRES. E AS OFERTAS MILAGROSAS CONTINUAM!

Televisor ZENITH	– 70,55	mensais
Televisor COLORADO	– 92,18	mensais
Dormitório de Casal Completo	– 55,37	mensais
Conjunto Formica PANAJU	– 42,74	mensais
Conjunto Estofado JUMBO	– 39,39	mensais
Fogão Geral (V.E.)	– 30,48	mensais
Rádio SEMP	– 31,36	mensais
Bicicleta CALOI	– 27,79	mensais
Ferro Elétrico ATMA	– 100,00	à vista
Ferro Elétrico COFEGA	– 80,00	à vista
Conj. de Panelas "Empress Mav"	– 90,00	à vista
Cama de Solteiro MADARCO	– 135,00	à vista
Faqueiro AÇO INOX.	– 65,00	à vista

SANTOS & IRMÃO
Av. Xavier da Silva – 896

A FOLHA NOS ESPORTES

LAURO PERÓSSOLO

INTERNACIONAL E. C. NA TAÇA DE CURITIBA

O Internacional de nossa cidade está em franca atividade pois vai disputar a Taça de Curitiba juntamente com o Juvenil do Coritiba F. C., Iguaçu e Vila Fani.

Para hoje a tarde teremos a largada da aludida Taça em Santa Felicidade com os seguintes cotejos, na preliminar jogarão Internacional E. C. x Vila Fani e na principal Juvenil de Coritiba e Iguaçu.

Para o dia 10 de fevereiro teremos em nossa cidade no Estádio do Internacional os seguintes jogos: Coritiba x Vila Fani na preliminar e Internacional x Iguaçu na principal, trata-se de uma rodada muito boa e conclamamos a torcida alvi-negra a comparecer ao Estádio e com isso levar o calor de sua torcida.

CAMPANHA DA FEBRE AFTOSA NO PARANÁ EQUIPE DE CAMPO LARGO DE CURITIBA

C O N V I T E

A chefia da Equipe de Campo de Curitiba convida os senhores pecuaristas do município de Campo Largo para participarem de uma palestra a ser realizada no dia 10 de fevereiro (domingo) com início às 9,00 horas, na sede da Prefeitura Municipal, versando sobre o assunto seguinte: "Importância do controle da febre aftosa", com projeção de filmes.

EQUIPE DA ASSOCIAÇÃO PARANAENSE FEZ SUCESSO EM CAMPO LARGO

Em dois dias que estiveram em nossa cidade a equipe de vacinação da A.P.R. aplicou mais de 1.000 doses de vacinas graças ao trabalho eficiente do Dr. Neri, diretor administrativo, do Presidente Dr. Focacia e em especial a comandante Sarita e das assistentes Terezinha, Adelaide, Neuza Yara e Patrocínio.

Este trabalho foi efetuado através de um convênio da A.P.R. e Prefeitura Municipal, nota-se aí o espírito humanitário do poder executivo que de todas as formas procura o bem-estar de seus munícipes. A A.P.R. comunica através deste semanário que mantem um posto permanente na Capital, sito na Avenida Iguaçu n.º 811, atendendo todos os dias das 14 às 18 horas. Em nome do Sr. Prefeito e de todos nós campolarguenses o agradecimento ao Dr. Focacia, Dr. Neri, a Sarita e sua espetacular equipe.

MISTÃO 73 — 1 X VICENÇA 0

Domingo próximo passado no campo do Fanático foi realizada a partida entre o Mistão 73 e Vicença da Colônia Rebouças. Iniciada a partida logo notou-se que as duas equipes se equilibravam e com isto o quadro que conseguisse marcar seria o vencedor e não deu outra coisa pois aos 4 minutos desta primeira etapa o Mistão desceu pela esquerda partindo daí um cruzamento na área e com um leve toque de cabeça Edson marcaria o gol que seria mais tarde o da vitória. Na equipe do Mistão pontificou sua peça defensiva onde desponta um garoto com pinta de craque que se chama Luiz Carlos, o moço tomou conta da linha adversária. No quadro do Vicença não houve nenhum destaque porque todos lutaram mas não conseguiram marcar gols e com isso tiveram uma amarga derrota. Esta partida foi dirigida pelo trio de arbitragem Edy no apito, Mafra e Pedrinho nas laterais que pelo nosso entedimento foram perfeitos merecendo nota 10, a muito tempo que não se via uma partida ser apitada com tanto acerto. Parabens Edy, Mafra e Pedrinho.

DETALHES: — Local: Campo do Fanático; Juiz: Edy (ótimo); Auxiliares: Mafra e Pedrinho (ótimos).

Equipes: Mistão 73 — Campina — João Mário — Luiz Carlos — Ademir — Giroquinha — Darci — Beto — Wilson — Alceu — Aureo — Edson.

Vicença: — Gilberto — Carlos — Bastião — Gijo — Zezinho — Renato — Carlinhos — Evaristo — Dionisio — Wilmar — Egidio.

Marcador: — Edson aos 4 minutos 1.ª etapa.

GRÊMIO ESPORTIVO PALMEIRAS VENCEU 1 x 0

Em jogo amistoso em Itaqui no Estádio Fritz Erwin Schmidt a noite G. E. Palmeiras e oBtafogo F. C. realizaram bom prelio amistoso que no final da partida a vitória sorriu ao G. E. Palmeiras pelo escorre mínimo. A partida transcorreu com um equilibrio entre as duas equipes que tiveram várias oportunidades para marcar mas a equipe que foi feliz no final foi o G. E. Palmeiras que conseguiu o ponto da vitória aos 16 minutos da etapa final através do ponteiro esquerdo Oscar.

DETALHES: — Jogo: G. E. Palmeiras 1 x Botafogo F. C. 0; Local: 21 de Abril — Estádio Fritz E. Schmidt; Juiz: — Dilosmar Meida (bom); Data: 23-1-74 — 4.ª feira à noite; 1.º tempo: 0 x 0; Final: Oscar aos 16 minutos; G.E. Palmeiras: — Luiz Lara — Antonio — Ademir — Wilson — Vicente — Santo — Antoninho — Zé — Vardo — Zanlorenzi — (Saur) — Oscar (Nato).

C. A. BANCÁRIO FOI SENSACIONAL EM BALSA NOVA

Foi sensacional o C.A. Bancário na localidade de Balsa Nova ao vencer o Corcovado F.C. pelo placar de 3 a 2. Na primeira fase o jogo foi muito disputado com as equipes em busca de um resultado positivo, em que no final do tempo inicial devido ao equilíbrio em campo das equipes o placar terminou com um justo placar de 2 gols para cada lado. E na fase final o Corcovado não repetiu o mesmo ritmo de jogo e cedeu terreno ao seu adversário que passou a dominar a partida, mas a superioridade do C. A. Bancário foi convertida em gol somente aos 35 minutos da fase derradeira, e com o resultado de 3 a 2 a equipe da Vila Bancária procurou a segurar o placar e tocou a bola deixando assim o tempo passar e garantir a extraordinária vitória.

DETALHES: — Jogo: C. A. Bancário 3 x Corcovado 2; Local: Balsa Nova; Juiz: Sr. Euzébio (com uma arbitragem muito ruim); Data: 27-1-74 (domingo); 1.º tempo: 2 x 2;

Gols: Luiz Zani e Juvenil para o C. A. Bancário, Sérgio e Amilton para o Corcovado; Final: C.A. Bancário 3 x Corcovado 2; Gol: Luiz Zani; Preliminar: Corcovado 4 x C. A. Bancário 2; Darci — Luiz Zani — Rato (Aniceto) — Paulo.

Corcovado: — João Maria — Edilio — Catarina — Ranoel — Carlito — Sérgio — Davi — Tocha — Didi — Alirio — Hamilton (Padeiro).

ATENÇÃO

Os diretores do C. A. Bancário estão elaborando um festival esportivo para que o mesmo seja efetuado em dois domingos dia 10 e 17 de fevelro. Os interessados em participar, favor falar com o diretor Darci Stevan até o dia 9-2-74.

Local: Campo de Vila Bancária.

TORNEIO SUIÇO HOJE NO CAMPO DO UNIÃO EM ITAQUI

Hoje em Itaqui grande torneio suíço no campo Campolarguense, início às 9 horas da manhã.

Para o 1.º, 2.º e 3.º lugares um bonito troféu, faça a inscrição de seu time hoje até às 8,30 horas. Não percam.

O CRAQUE ENTREVISTADO — SÉRGIO JOSÉ MARZANI

Nasceu em Campo Largo, a 19 de fevereiro de 1959. Iniciou sua carreira esportiva no Juvenil do Fanático F. C. no ano de 1970 e na oportunidade em que ficou conhecido pela alcunha de Zequinha que frisou o meu primeiro técnico foi o Jair Marcon. No ano de 1971, passou a equipe de aspirantes do Fanático, sendo neste mesmo ano campeão pelo tricolor. No ano seguinte chegou a jogar algumas partidas na equipe principal do Fanático e conseguiu o titulo de campeão invicto pelo mesmo, na Liga Campolarguense. Mas como no futebol o atleta tem a sua fase, Zequinha resolveu mudar de ares e em 1973, foi defender as cores alvi-negra do Internacional E. C. neste mesmo ano, conseguiu outro título invicto na Liga Regional de Campo Largo, mas nesta oportunidade foi pelo Internacional. Continua o craque Zequinha, agora em 1974, voltei ao time do meu coração ou seja o Fanático F. C. onde pretende ser campeão de 74. Na sua opinião formaria a Seleção Campolarguense da seguinte maneira: Nenão — Nelsinho — Gilson — Guatambu — Algacir — Davi — Antoninho — Tula — Laurinho — Inha — Deco.

Craque do passado — Giroca.

Do presente — Inha.

Torcedor do Coritiba — Botafogo e Corintihans.

Agradece ao reporter e a "Folha" pela oportunidade e espera que em 74, se reformulado o campeonato e com isso mais equipes.

Colaboração: Edy Nassar

Atenção Brasileiros

Se você completa 18 anos de idade, este ano, ALISTE-SE PARA O **SERVIÇO MILITAR**

Procure a Junta do Servio Militar de seu Município, levando consigo a Certidão de Nascimento e uma Fotografia 3x4 (Gravata e Paletó) e receba gratuitamente, o seu CERTIFICADO DE ALISTAMENTO MILITAR, até 30 de junho do corrente ano.

A Pátria precisa de você ajude a construí-la.

INDÚSTRIA CERÂMICA PARANÁ S/A.

AZULEJOS CONFECCIONADOS SOB OS MAIS EXIGENTES E PERFEITOS MÉTODOS DE FABRICAÇÃO.

Campo Largo – Paraná – Brasil

BRAGA & CIA. LTDA.
MÓVEIS E UTILIDADES

Grupos estofados — Dormitórios — Fórmicas — Cozinhas — Armários — Mesas — Colchões de mola e de espuma — Passadeiras — Camas e peças avulsas
PRODUTOS DE 1ª QUALIDADE C/ GARANTIA DE FABRICA
EM 36 MESES — SEM ENTRADA
RUAS: 15 DE NOVEMBRO, 12 — OSWALDO CRUZ, 1193 — CAMPO LARGO
27-3 — 10-17)

AMUR FERREIRA DO AMARAL

Agricultura e Pecuaria

Carência mineral depaupera gado

Se os elementos minerais, que são imprescindíveis para a saude e a produção, não estiverem presentes na alimentação, o rebanho poderá ser sériamente prejudicado.

Dos 90 elementos minerais existentes na face da terra, apenas 13 são essenciais para os animais. O organismo animal contém ainda cêrca de 37 outros minerais, sendo que alguns podem ter funções essenciais ainda não descobertas.

Cálcio, fósforo, sódio, potássio, enxôfre, cloro, magnésio, ferro, iôdo, manganês, cobre, cobalto e zinco desempenham funções vitais e, portanto, devem estar presentes na alimentação. Sua falta ou excesso pode ser nociva.

Os macroelementos ou elementos maiores, como o cálcio, fósforo, etc., aparecem no animal em quantidades relativamente grandes. Por outro lado, os microelementos ou elementos-traço, aparecem no animal em quantidades reduzidas: uma parte para 20 mil ou mais partes de pêso vivo.

A deficiência dos elementos essenciais nas pastagens é muito variável, dependendo do tipo de solo, climas, etc. O potássio, o magnésio, o ferro, o enxôfre, o manganês e o zinco são elementos fàcilmente encontrados, o que, entretanto, não significa que sempre estão presentes. Por outro lado, é frequente a falta de sódio, cloro, fósforo, cálcio, iôdo, cobre e cobalto nas pastagens. A não ser em condições excepcionais de solo, revestimento forrageiro e clima, em geral as pastagens e forrageiras são pobres em um ou mesmo em vários minerais indispensáveis à saude e à produção animal.

Cloro e sódio — Os elementos minerais mais carentes na ração dos ruminantes são o cloro e o sódio, daí a prática de se dar sal comum (cloreto de sódio) ao gado. A ausência de sal manifesta-se pelo mau aspecto geral do animal, falta de apetite e intenso desejo pelo mineral. Prolongada deficiência pode mesmo ocasionar a morte de vacas altas produtoras de leite.

Embora de maneira geral deva ser dado à vontade, é preciso ter-se cuidados especiais ao administrar sal a animais que tenham ficado longos periodos sem recebê-lo, pois geralmente comem demais, ocasionando distúrbios digestivos, às vezes fatais.

O consumo de sal por cabeça, por dia, varia bastante. Estando à disposição de vacas leiteiras, o consumo oscila de 30 a 120 por dia por animal. Para gado de corte admitem-se grandes variações, ficando o consumo por volta de 30-40 gramas. Nas misturas de concentrados, o sal geralmente entra na proporção de um por cento. Entre nós, o produto mais utilizado é o sal grosso.

Fósforo — Há muitos anos, a deficiência de fósforo em bovino, vem provocando sérias dificuldades e consideráveis prejuízos. Os animais com deficiência de fósforo geralmente apresentam perda e perversão do apetite, sintomas reumatóides ("caranga"), perda de pêso, supressão temporária do cio, redução de fertilidade, produção de leite, diminuída e crescimento retardado.

Como fonte mais comum de fósforo inorgânico, temos a farinha de osso, que entre nós é fabricada principalmente em dois tipos: farinha de ossos brutos, resultantes da coação de ossos em tanques abertos, e farinha de ossos degelatinizados, também chamada autoclavada, obtida de ossos cozidos em digestor de pressão.

Quanto mais clara e mais livre de odor, melhor é a sua qualidade como alimento. Daí as farinhas autoclavadas serem as mais indicadas. Nas misturas de concentrados, a farinha de osso entra, geralmente, na proporção de um a dois por cento.

No Brasil, a produção dêste mineral é muito baixa, não atendendo às necessidades reais. E, como não é viável o aumento na produção, o caminho mais lógico seria a produção industrial de outros suplementos de fósforo, como fósforo bicálcio e fosfato desfuoardo, principalmente da fosforita de Olinda e da apatita de Araxá. A escassez de suplemento de fósforo inorgânico representa, no momento, com relação à parte material, o mais sério ponto de estrangulamento para a mineralização, principalmente do rebanho bovino.

(Continua no próximo número)

Educação Alimentar

OS ALIMENTOS DEVEM SER BEM APROVEITADOS

Nos alimentos de origem vegetal, animal e mineral, o organismo encontra os principios nutritivos que lhe são indispensáveis, para ter energia para suas atividades, para compensar o desgaste que sofre constantemente e para manter a normalidade de suas funções. Cada alimento contém determinados principios, sendo alguns bem simples, como o sal de cozinha e a água, e outros bastante complexos, como o leite, que contém praticamente todos.

Durante o preparo desses alimentos, perdem-se, muitas vezes, várias substâncias úteis, que poderiam ser melhor aproveitados, se fossem seguidas certas regras. Essas perdas são causadas por diversos motivos, como certas partes que são jogadas fora, a destruição pelo calor excessivo e prolongado, a exposição ao ar e outros.

Frutas, verduras e legumes, quando consumidos crus, submetidos, apenas, à necessária limpeza, conservam todos os principios que possuem, como as vitaminas e minerais. Algumas vitaminas, porém, podem se perder, quando são submetidas ao calor. Se o caldo em que são cozidos for desprezado, vários nutrientes são desperdiçados; no entanto, ele poderá ser aproveitado para sopas, molhos, pirões e outras preparações.

Durante o cozimento dos vegetais, a panela deve ser mantida com a tampa, o que evita a evaporação e o contato com o ar; o tempo não deve ser mais longo que o necessário, a quantidade de água não precisa ser grande. Sempre que possível, os legumes serão cozidos com a casca, que será retirada depois. São medidas muito simples, mas de grande utilidade.

COLABORAÇÃO DA SUNAB

FOLHA DE CAMPO LARGO LANÇA O MAIOR CONCURSO DE CAMPO LARGO

O CLUBE MAIS QUERIDO DA CIDADE

QUAL O CLUBE MAIS QUERIDO DA CIDADE?

Resposta: .....

Nome: .....

Endereço: .....

Recorte e deposite na urna no Salão Iguaçu. O vencedor ganhará um bonito troféu, bem como no final será feito um sorteio entre os participantes, o vencedor ganhará uma viagem à foz do Iguaçu, patrocínio da Folha de C. L.