|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE IRATI****PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Fundamental I)***FAIXA ETÁRIA** (06 aos 11 anos)**CENTRO DE ENSINO MUNICIPAL DE IRATI - CEMIR** |
| **AGOSTO - 2021** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA****02/08** | **3ª FEIRA****03/08** | **4ª FEIRA****04/08** | **5ª FEIRA****05/08** | **6ª FEIRA****06/08** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | PolentaCarne suínaAlface  | Café com leitePão com presunto, queijo e tomate | Sopa de agnholine com frango, cenoura e batatinha Mamão  | Feijão – arrozCarne moída com cenouraFarofa | Suco de uvaEsfira de carne Banana |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 347,4 Kcal  | 54,5g | 11,5g | 9,0g |
| 63,2% | 13,3% | 23,5% |
| **Catiane Zamarchi** **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** |

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE IRATI****PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Fundamental I)***FAIXA ETÁRIA** (06 aos 11 anos)**CENTRO DE ENSINO MUNICIPAL DE IRATI - CEMIR** |
| **AGOSTO - 2021** |
| **2° SEMANA**  | **2ª FEIRA****09/08** | **3ª FEIRA****10/08** | **4ª FEIRA****11/08** | **5ª FEIRA****12/08** | **6ª FEIRA****13/08** |
| **Lanche da manhã** **09:00hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Macarrão Frango em molhoAlface  | Chá Pão com carne, cenoura e tomate | Sopa de feijão com cenoura, batatinha e massa Mamão  | Galinhada Beterraba  | Café com leiteBolo de fubá com açúcar mascavoMelão  |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 351 Kcal  | 52,5g | 11,1g | 10,6g |
| 59.9% | 12,7% | 27,4% |
|  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. Catiane Zamarchi****CRN10: 2783** |

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE IRATI****PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Fundamental I)***FAIXA ETÁRIA** (06 aos 11 anos)**CENTRO DE ENSINO MUNICIPAL DE IRATI - CEMIR** |
| **AGOSTO - 2021** |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA****16/08** | **3ª FEIRA****17/08** | **4ª FEIRA****18/08** | **5ª FEIRA****19/08** | **6ª FEIRA****20/08** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Mandioca Carne suínaRepolho |  Chá Pão com frango, cenoura e tomate | Melão Lasanha com carne, cenoura, tempero verde, tomate e queijo  | ArrozFrango assado com batatinhaAlface  | Café com leitePalito salgadoBanana  |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO****(g)** | **PTN****(g)** | **LPD** **(g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 337,14 | 53,35g  | 12,44g  | 8,22g  |
| 63,20% | 14,7% | 21,9% |
| **Catiane Zamarchi** **Intolerantes à lactose: utlilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** |

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE IRATI****PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Fundamental I)***FAIXA ETÁRIA** (06 aos 11 anos)**CENTRO DE ENSINO MUNICIPAL DE IRATI - CEMIR** |
| **AGOSTO - 2021** |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA****23/08** | **3ª FEIRA****24/08** | **4ª FEIRA****25/08** | **5ª FEIRA****26/08** | **6ª FEIRA****27/08** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Galinhada Repolho | Café com leite Pão com margarinaMaçã  | Macarrão com carneFeijão Tomate  | Polenta Carne suína Alface  | Melão Bolo salgado (frango, cenoura, tomate, cebola e queijo)  |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO****(g)** | **PTN****(g)** | **LPD** **(g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 340kcal  | 54.2g  | 10,1g  | 9,1g  |
| 63.8% | 11.9% | 24.3% |
| **Catiane Zamarchi** **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** |