|  |
| --- |
|  **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** |
| **SETEMBRO - 2021** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA****30/08** | **3ª FEIRA****31/08** | **4ª FEIRA****01/09** | **5ª FEIRA****02/09** | **6ª FEIRA****03/09** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Macarrão com carne Alface  | Café com leitePão com presunto, queijo e tomate | Sopa de agnholine com frango, cenoura e batatinha Banana | Feijão – arrozOvo cozidoBeterraba Farofa  | Suco de uvaMini pizza frangoMamão  |
| **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** |
| 348 Kcal  | 55,6g | 10,5g | 9,2g |
| 64% | 12.1% | 23,9% |
| **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** |
| **SETEMBRO - 2021** |
| **2° SEMANA**  | **2ª FEIRA****06/09** | **3ª FEIRA****07/09** | **4ª FEIRA****08/09** | **5ª FEIRA****09/09** | **6ª FEIRA****10/09** |
| **Lanche da manhã** **09:00hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Polenta Frango em molhoAlface  | Feriado  | Sopa de feijão com cenoura, batatinha e massaLaranja  | Galinhada Beterraba  | Café com leiteBolo de cacau 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** |
| 346,2 Kcal  | 55,2g | 10,5g | 9,2g |
| 63,8% | 12,2% | 24% |
|  **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** |
| **SETEMBRO - 2021** |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA****13/09** | **3ª FEIRA****14/09** | **4ª FEIRA****15/09** | **5ª FEIRA****16/09** | **6ª FEIRA****17/09** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Mandioca Carne suínaRepolho | Suco de uva Pão com frango, queijo e tomate | Melão Lasanha com carne, cenoura, tempero verde, tomate e queijo  | ArrozFrango assado com batatinhaAlface  | Café com leiteBolacha caseiraBanana  |
| **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** |
| 352kcal | 56,3g  | 10,9g  | 9,2g  |
| 64% | 12,4% | 23,6% |
| **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** |
| **SETEMBRO - 2021** |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA****20/09** | **3ª FEIRA****21/09** | **4ª FEIRA****22/09** | **5ª FEIRA****23/09** | **6ª FEIRA****24/09** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Polenta Carne moída Alface  | Café com leite Pão com margarina | Galinhada RepolhoMaçã  | Arroz – feijãoOvo Tomate | 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** |
| 350.2kcal  | 56.4g  | 10.5g  | 9.1g  |
| 64,5% | 12% | 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** |
| **SETEMBRO - 2021** |
| **5° SEMANA** | **2ª FEIRA****27/09** | **3ª FEIRA****28/09** | **4ª FEIRA****29/09** | **5ª FEIRA****30/09** | **6ª FEIRA****01/10** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Mandioca Carne suínaAlface  | Suco de laranja Pão com frango, cenoura e tomate | Macarrão com frango RepolhoMamão  | ArrozCarne em molho com batatinhaRepolho  |  Café com leite Pão de queijoBanana  |
| **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** |
| 356.3kcal  | 57g  | 1g  | 9,1g  |
| 64,2% | 11,2% | 23,2% |
| **Catiane Zamarchi** **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** |