|  |
| --- |
| **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** |
| **FEVEREIRO - 2022** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA****07/02** | **3ª FEIRA****08/02** | **4ª FEIRA****09/02** | **5ª FEIRA****10/02** | **6ª FEIRA****11/02** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs** **Lanche da tarde****15:30hs/15:45hs** | GalinhadaAlface  | Suco de abacaxiPão com carne e tomate | Leite achocolatadoBiscoito salgado Banana   | Polenta Carne suína Repolho  | Melão Bolo de cenoura com açúcar mascavo |
| **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** |
| **FEVEREIRO - 2022** |
| **2° SEMANA**  | **2ª FEIRA****14/02** | **3ª FEIRA****15/02** | **4ª FEIRA****16/02** | **5ª FEIRA****17/02** | **6ª FEIRA****18/02** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs** **Lanche da tarde****15:30hs/15:45hs** | Macarrão Frango em molhoAlface  | Suco de uva Pão com frango e cenoura  | MelanciaBolo de fubá | Arroz – feijãoOvo cozidoBeterraba  | Iogurte Biscoito 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** |
| 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** |
| **FEVEREIRO - 2022** |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA****21/02** | **3ª FEIRA****22/02** | **4ª FEIRA****23/02** | **5ª FEIRA****24/02** | **6ª FEIRA****25/02** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs** **Lanche da tarde****15:30hs/15:45hs** | Mandioca Carne suínaAlface  |  Suco de abacaxiPão com presunto e queijo |  MelãoTorta salgada (frango, cenoura, tomate e queijo)  | ArrozCarne em molho com batatinhaRepolho  | Café com leitePão de queijo  Maçã  |
| **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: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** |