|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | | | | | |
| **DEZEMBRO - 2021** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **29/11** | **3ª FEIRA**  **30/11** | **4ª FEIRA**  **01/12** | **5ª FEIRA**  **02/12** | **6ª FEIRA**  **03/12** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Suco de abacaxi  Pão com presunto e queijo | Melancia  Bolo de cenoura | Macarrão com frango  Repolho | Suco uva  Cuca caseira  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** |
| 346,2 Kcal | 55,2g | 10,5g | 9,2g |
| 63,8% | 12,2% | 24% |
| **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** | | | | | |
| **DEZEMBRO - 2021** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **06/12** | **3ª FEIRA**  **07/12** | **4ª FEIRA**  **08/12** | **5ª FEIRA**  **09/12** | **6ª FEIRA**  **10/12** |
| **Lanche da manhã**  **09:00hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Galinhada com cenoura  Alface | Suco de manga  Pão com carne e cenoura | Iogurte  Biscoito salgado  Maçã | Arroz – feijão  Ovo  Repolho | Suco de uva  Pão de queijo  Melão |
| **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% |
| **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** | | | | | |
| **DEZEMBRO - 2021** | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **13/12** | **3ª FEIRA**  **14/12** | **4ª FEIRA**  **15/12** | **5ª FEIRA**  **16/12** | **6ª FEIRA**  **17/12** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Suco de abacaxi  Pão com frango e cenoura | Torta de bolacha  Maçã | Galinhada com cenoura  Repolho | Melancia  Esfira de carne |
| **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** |
| 337.5kcal | 52,7g | 11,2g | 9g |
| 62,6% | 13,4% | 24% |
| **Catiane Zamarchi**  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** | | | | | |