|  |
| --- |
| **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** |
| **JUNHO - 2022** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA****06/06** | **3ª FEIRA****07/06** | **4ª FEIRA****08/06** | **5ª FEIRA****09/06** | **6ª FEIRA****10/06** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Galinhada com cenoura Alface  | Chá de abacaxiPão com frango e cenoura |  Arroz – feijãoOvo cozidoBergamota  | Sopa de frango com cenoura, batatinha e agnholine.  | Café com leiteCuca 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** |
| 328,1kcal | 52,7g  | 10,4g  | 8,3g  |
| 64,2% | 12,7% | 23,1% |
| **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** |
| **JUNHO - 2022** |
| **2° SEMANA**  | **2ª FEIRA****13/06** | **3ª FEIRA****14/06** | **4ª FEIRA****15/06** | **5ª FEIRA****16/06** | **6ª FEIRA****17/06** |
| **Lanche da manhã** **09:00hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Polenta Carne moída Alface  | Café com leitePão com presunto e queijo | Mandioca Carne suínaRepolho  | Esfira de frangoMelão | Sopa de feijão com batatinha e cenouraBergamota  |
| **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** |
| **JUNHO - 2022** |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA****20/06** | **3ª FEIRA****21/06** | **4ª FEIRA****22/06** | **5ª FEIRA****23/06** | **6ª FEIRA****24/06** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Macarrão com frangoAlface  | Chá cidreiraPão com carne e cenoura | Café com leitePão de queijoBanana | Arroz – feijãoCarne suína Beterraba  | Panqueca com carne e cenouraMelão |
| **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** |
| 338kcal | 52,8g  | 11,3g  | 9g |
| 62,6% | 13,4% | 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** |
| **JUNHO - 2022** |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA****27/06** | **3ª FEIRA****28/06** | **4ª FEIRA****29/06** | **5ª FEIRA****30/06** | **6ª FEIRA****01/07** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Galinhada com cenouraAlface  | Café com leitePão com melado | Sopa de frango com cenoura, batatinha e agnholine. Bergamota | Polenta Carne suína Repolho   | Chá de erva verdeBolo de cenoura com açúcar mascavoMaçã |
| **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** |
| 345,2 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** |

