|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 abacaxi  Pão com frango e cenoura | Arroz – feijão  Ovo cozido  Bergamota | Sopa de frango com cenoura, batatinha e agnholine. | Café com leite  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** |
| 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 leite  Pão com presunto e queijo | Mandioca  Carne suína  Repolho | Esfira de frango  Melão | Sopa de feijão com batatinha e cenoura  Bergamota |
| **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 frango  Alface | Chá cidreira  Pão com carne e cenoura | Café com leite  Pão de queijo  Banana | Arroz – feijão  Carne suína  Beterraba | Panqueca com carne e cenoura  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** |
| 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 cenoura  Alface | Café com leite  Pão com melado | Sopa de frango com cenoura, batatinha e agnholine.  Bergamota | Polenta  Carne suína  Repolho | Chá de erva verde  Bolo de cenoura com açúcar mascavo  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** |
| 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** | | | | | |

