|  |
| --- |
| **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** |
| **NOVEMBRO - 2021** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA****01/11** | **3ª FEIRA****02/11** | **4ª FEIRA****03/11** | **5ª FEIRA****04/11** | **6ª FEIRA****05/11** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | - | FERIADO | Café com leitePão com margarina   | Mandioca Carne suína assadaAlface | Suco abacaxi Bolacha 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** |
| 336,9kcal | 52g  | 11,6g  | 9g  |
| 61,8% | 13,9% | 24,3% |
| **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** |
| **NOVEMBRO - 2021** |
| **2° SEMANA**  | **2ª FEIRA****08/11** | **3ª FEIRA****09/11** | **4ª FEIRA****10/11** | **5ª FEIRA****11/11** | **6ª FEIRA****12/11** |
| **Lanche da manhã** **09:00hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Polenta Frango em molhoAlface  | Suco de uvaPão com carne e cenoura | Torta de bolacha Maçã   | Arroz – feijão Carne moída Repolho  | Suco de laranjaEsfira de frangoMelão |
| **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% |
|  **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** |
| **NOVEMBRO - 2021** |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA****15/11** | **3ª FEIRA****16/11** | **4ª FEIRA****17/11** | **5ª FEIRA****18/11** | **6ª FEIRA****19/11** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Macarrão com carneAlface  | Suco de abacaxi Pão com frango e cenoura | IogurtePalito salgadoBanana  | ArrozCubos bovino com batatinhaTomate | Melancia Bolo de cenoura com açúcar mascavo e aveia  |
| **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** |

|  |
| --- |
| **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** |
| **NOVEMBRO - 2021** |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA****22/11** | **3ª FEIRA****23/11** | **4ª FEIRA****24/11** | **5ª FEIRA****25/11** | **6ª FEIRA****26/11** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Galinhada Alface  | Suco de mangaPão com presunto e queijo | Lasanha com carne, cenoura, tempero verde, tomate e queijoMelão | Arroz – feijãoCarne moída Beterraba  | Leite com cacauPão de queijoMamão  |
| **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** |
| 331,1kcal | 52.2g  | 10.4g  | 8.8g  |
| 63% | 12,8% | 24,2% |
| **Catiane Zamarchi** **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** |