|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 leite  Pão com margarina | Mandioca  Carne suína assada  Alface | Suco abacaxi  Bolacha 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** |
| 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 molho  Alface | Suco de uva  Pão com carne e cenoura | Torta de bolacha  Maçã | Arroz – feijão  Carne moída  Repolho | Suco de laranja  Esfira de frango  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** |
| 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 carne  Alface | Suco de abacaxi  Pão com frango e cenoura | Iogurte  Palito salgado  Banana | Arroz  Cubos bovino com batatinha  Tomate | 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 manga  Pão com presunto e queijo | Lasanha com carne, cenoura, tempero verde, tomate e queijo  Melão | Arroz – feijão  Carne moída  Beterraba | Leite com cacau  Pão de queijo  Mamão |
| **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** | | | | | |