|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | | | | | |
| **JULHO - 2022** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **04/07** | **3ª FEIRA**  **05/07** | **4ª FEIRA**  **06/07** | **5ª FEIRA**  **07/07** | **6ª FEIRA**  **08/07** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com frango  Alface | Chá de cidreira/maçã  Pão com carne e cenoura | Arroz – feijão  Ovo cozido  Bergamota | Sopa de frango com cenoura, batatinha, couve e arroz  Maçã | Café com leite  Pão de queijo  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** |
| 367,2kcal | 56,30g | 18,42g | 9,38g |
| 61,3% | 20% | 22,9% |
| **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** | | | | | |
| **JULHO - 2022** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **11/07** | **3ª FEIRA**  **12/07** | **4ª FEIRA**  **13/07** | **5ª FEIRA**  **14/07** | **6ª FEIRA**  **15/07** |
| **Lanche da manhã**  **09:00hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Café com leite  Pão com presunto e queijo | Sopa de frango com cenoura, batatinha e agnholine  Melão | Galinhada com cenoura  Repolho | Chá de cidreira  Esfira de frango  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** |
| 312,8 Kcal | 44,4g | 11,8g | 9,7g |
| 56,9% | 15,2 % | 27,9% |
| **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. Catiane Zamarchi**  **CRN10: 2783** | | | | | |

