|  |
| --- |
| **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 frangoAlface  | Chá de cidreira/maçã Pão com carne e cenoura |  Arroz – feijãoOvo cozidoBergamota  | Sopa de frango com cenoura, batatinha, couve e arrozMaçã  | Café com leitePão de queijoBanana |
|  **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 leitePão com presunto e queijo | Sopa de frango com cenoura, batatinha e agnholine Melão | Galinhada com cenouraRepolho | Chá de cidreira Esfira de frangoBanana |
| **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** |

