|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE IRATI**  **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** | | | | | |
| **CENTRO DE ENSINO MUNICIPAL DE IRATI – CEMIR**  **Ensino Fundamental (6 – 10 anos)** | | | | | |
| **SETEMBRO - 2022** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **05/09** | **3ª FEIRA**  **06/09** | **4ª FEIRA**  **07/09** | **5ª FEIRA**  **08/09** | **6ª FEIRA**  **09/09** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com carne  Alface | Café com leite  Pão com presunto e queijo | Feriado | Sopa de frango com cenoura, batatinha e agnholine.  Mamão | Suco de morango  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** |
| 333,2kcal | 51,6g | 10,1g | 9,5g |
| 62% | 12,2% | 25,8% |
| **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** | | | | | |
| **CENTRO DE ENSINO MUNICIPAL DE IRATI – CEMIR**  **Ensino Fundamental (6 – 10 anos)** | | | | | |
| **SETEMBRO - 2022** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **12/09** | **3ª FEIRA**  **13/09** | **4ª FEIRA**  **14/09** | **5ª FEIRA**  **15/09** | **6ª FEIRA**  **16/09** |
| **Lanche da manhã**  **09:00hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Mandioca  Carne suína  Alface | Suco de abacaxi  Pão com carne e cenoura | Bolo de cacau com aveia  Melão | Polenta  Frango em molho  Repolho | Sopa de feijão com batatinha e arroz  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** |
| 346,4 Kcal | 55,5g | 11,2g | 8,8g |
| 64,1% | 13% | 22,9% |
| **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** | | | | | |
| **CENTRO DE ENSINO MUNICIPAL DE IRATI – CEMIR**  **Ensino Fundamental (6 – 10 anos)** | | | | | |
| **SETEMBRO - 2022** | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **19/09** | **3ª FEIRA**  **20/09** | **4ª FEIRA**  **21/09** | **5ª FEIRA**  **22/09** | **6ª FEIRA**  **23/09** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com frango  Alface | Suco de laranja  Pão com frango e cenoura | Café com leite  Pão de queijo  Banana | Arroz – feijão  Ovo cozido  Laranja | Panqueca com carne e cenoura  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** |
| 342,1kcal | 54,7g | 10g | 9,2g |
| 64% | 11,7% | 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** | | | | | |
| **CENTRO DE ENSINO MUNICIPAL DE IRATI – CEMIR**  **Ensino Fundamental (6 – 10 anos)** | | | | | |
| **SETEMBRO - 2022** | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **26/09** | **3ª FEIRA**  **27/09** | **4ª FEIRA**  **28/09** | **5ª FEIRA**  **29/09** | **6ª FEIRA**  **30/09** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Galinhada com cenoura  Alface | Café com leite  Pão com melado | Suco de morango  Bolo salgado (carne moída, cenoura e temperos verdes)  Maçã | Polenta  Carne suína  Repolho | Iogurte  Palito salgado  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** |
| 336,9kcal | 53,6g | 10,4g | 8,9g |
| 63,7% | 12,4% | 23,9% |
| **Catiane Zamarchi**  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** | | | | | |

 