|  |
| --- |
| **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 carneAlface  | Café com leitePão com presunto e queijo |  Feriado | Sopa de frango com cenoura, batatinha e agnholine. Mamão | Suco de morangoEsfira 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** |
| 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 suínaAlface  | Suco de abacaxiPão com carne e cenoura | Bolo de cacau com aveiaMelão  | Polenta Frango em molhoRepolho  | Sopa de feijão com batatinha e arrozMaçã   |
| **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 frangoAlface  | Suco de laranja Pão com frango e cenoura | Café com leitePão de queijoBanana | Arroz – feijãoOvo cozidoLaranja | Panqueca com carne e cenouraMamão |
| **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 cenouraAlface  | Café com leitePão com melado | Suco de morango Bolo salgado (carne moída, cenoura e temperos verdes)Maçã  | Polenta Carne suína Repolho  | IogurtePalito salgadoMamão  |
|  **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** |

 