|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | | | | | |
| **AGOSTO - 2022** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **01/08** | **3ª FEIRA**  **02/08** | **4ª FEIRA**  **03/08** | **5ª FEIRA**  **04/08** | **6ª FEIRA**  **05/08** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Galinhada com cenoura  Alface | Chá de abacaxi  Pão com carne e cenoura | Arroz – feijão  Ovo cozido  Bergamota | Sopa de frango com cenoura, batatinha e agnholine.  Mamão | Café com leite  Cuca 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** |
| 337kcal | 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** | | | | | |
| **AGOSTO - 2022** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **08/08** | **3ª FEIRA**  **09/08** | **4ª FEIRA**  **10/08** | **5ª FEIRA**  **11/08** | **6ª FEIRA**  **12/08** |
| **Lanche da manhã**  **09:00hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne moída  Alface | Café com leite  Pão com presunto e queijo | Mandioca  Carne suína  Repolho | Esfira de frango  Melão | Sopa de feijão com batatinha e cenoura  Bergamota |
| **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** |
| 345 Kcal | 55g | 10,5g | 9,2g |
| 63,5% | 12,2% | 24% |
| **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** | | | | | |
| **AGOSTO - 2022** | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **15/08** | **3ª FEIRA**  **16/08** | **4ª FEIRA**  **17/08** | **5ª FEIRA**  **18/08** | **6ª FEIRA**  **19/08** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com frango  Alface | Chá cidreira  Pão com frango e cenoura | Café com leite  Pão de queijo  Banana | Arroz – feijão  Carne suína  Beterraba | Panqueca com carne e cenoura  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** |
| 318kcal | 48,4g | 10,9g | 8,9g |
| 61% | 13,8% | 25,2% |
| **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** | | | | | |
| **AGOSTO - 2022** | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **22/08** | **3ª FEIRA**  **23/08** | **4ª FEIRA**  **24/08** | **5ª FEIRA**  **25/08** | **6ª FEIRA**  **26/08** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Galinhada com cenoura  Alface | Café com leite  Pão com melado | Sopa de frango com cenoura, batatinha e agnholine.  Bergamota | Polenta  Carne suína  Repolho | Chá de erva verde  Bolo salgado (carne moída, cenoura e temperos verdes)  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** |
| 330kcal | 52.2g | 10g | 8.8g |
| 63% | 12,7% | 24,2% |
| **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** | | | | | |
| **AGOSTO - 2022** | | | | | |
| **5° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **29/08** | **3ª FEIRA**  **30/08** | **4ª FEIRA**  **31/08** | **5ª FEIRA**  **01/09** | **6ª FEIRA**  **02/09** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com carne moída  Alface | Suco de laranja  Pão com frango e cenoura | Mandioca  Carne suína  Repolho  Mamão | Arroz – feijão  Carne moída  Beterraba | Chá de erva verde  Bolo de cenoura com açúcar mascavo  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** |
| 323kcal | 51,6g | 10,4g | 8,2g |
| 64% | 12,9% | 23,1% |
| **Catiane Zamarchi**  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** | | | | | |

