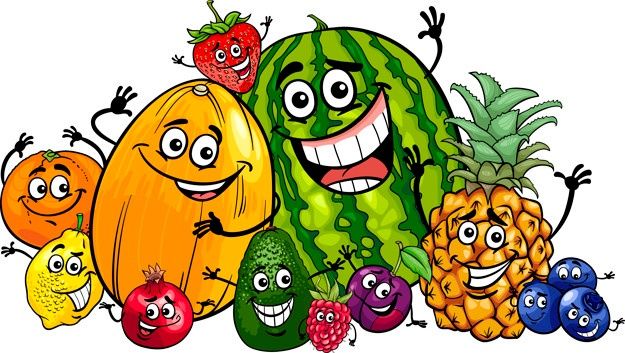
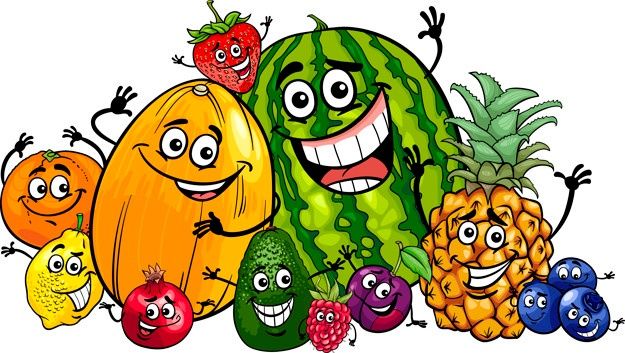
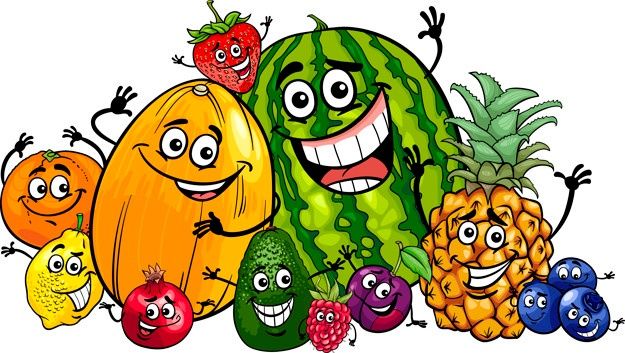
|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE IRATI**  **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** | | | | | |
| **CENTRO DE ENSINO MUNICIPAL DE IRATI – CEMIR**  **Ensino Fundamental (6 – 10 anos)** | | | | | |
| **OUTUBRO - 2022** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **03/10** | **3ª FEIRA**  **04/10** | **4ª FEIRA**  **05/10** | **5ª FEIRA**  **06/10** | **6ª FEIRA**  **07/10** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com frango  Alface | Suco de abacaxi  Pão integral com carne e cenoura | Sagu de morango  Banana | Arroz – feijão  Ovo cozido  Laranja | Suco de laranja  Esfiras de carne  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** |
| 341kcal | 54,3g | 10,3g | 9,1g |
| 63,8% | 12,1% | 24,1% |
| **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)** | | | | | |
| **OUTUBRO - 2022** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **10/10** | **3ª FEIRA**  **11/10** | **4ª FEIRA**  **12/10** | **5ª FEIRA**  **13/10** | **6ª FEIRA**  **14/10** |
| **Lanche da manhã**  **09:00hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Suco de laranja  Mini pizza frango  Pipoca | Suco de abacaxi  Cachorro Quente | Feriado | Polenta  Carne suína  Repolho  Melão | Arroz  Frango assado  Tomate  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** |
| 339,8 Kcal | 54,5g | 10g | 9g |
| 64,2% | 11,8% | 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** | | | | | |
| **CENTRO DE ENSINO MUNICIPAL DE IRATI – CEMIR**  **Ensino Fundamental (6 – 10 anos)** | | | | | |
| **OUTUBRO - 2022** | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **17/10** | **3ª FEIRA**  **18/10** | **4ª FEIRA**  **19/10** | **5ª FEIRA**  **20/10** | **6ª FEIRA**  **21/10** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Mandioca  Frango em molho  Alface | Suco de laranja  Pão integral com presunto e queijo | Café com leite  Pão de queijo  Banana | Arroz – feijão  Carne suína  Tomate | Macarrão 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** |
| 344,6kcal | 54,2g | 10,5g | 9,5g |
| 63% | 12,2% | 24,8% |
| **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)** | | | | | |
| **OUTUBRO - 2022** | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **24/10** | **3ª FEIRA**  **25/10** | **4ª FEIRA**  **26/10** | **5ª FEIRA**  **27/10** | **6ª FEIRA**  **28/10** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Galinhada com cenoura  Alface | Suco de morango  Pão integral com frango e cenoura | Iogurte  Palito salgado  Maçã | Polenta  Carne suína  Repolho | Melancia  Lasanha de carne com cenoura, tomate, queijo e temperos verdes |
| **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** |
| 338kcal | 54,1g | 11,1g | 8,5g |
| 64,1% | 13,2% | 22,7% |
| **Catiane Zamarchi**  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** | | | | | |

