|  |
| --- |
| **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** |
| **FEVEREIRO - 2023** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA** | **3ª FEIRA** | **4ª FEIRA****08/02** | **5ª FEIRA****09/02** | **6ª FEIRA****10/02** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs** **Lanche da tarde****14:45hs** |  |  | Arroz – feijãoCarne moída Beterraba | Torta salgada com carne, cenoura, tomate e queijoMelancia | Macarrão com carneRepolho e tomate  |
| **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** |
| 347,4 Kcal  | 54,5g | 11,5g | 9,0g |
| 63,2% | 13,3% | 23,5% |
| **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** |
| **FEVEREIRO - 2023** |
| **2° SEMANA**  | **2ª FEIRA****13/02** | **3ª FEIRA****14/02** | **4ª FEIRA****15/02** | **5ª FEIRA****16/02** | **6ª FEIRA****17/02** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs** **Lanche da tarde****14:45hs** | Polenta com frangoAlface  | Suco de abacaxiPão com carne moída e cenoura | Panqueca com carne e cenouraMelão  | Arroz – feijão Carne suína Tomate  | Melancia Bolo de cenoura |
| **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** |
| 349,1 Kcal  | 59g | 12g | 7g |
| 65% | 14% | 22% |
|  **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** |
| **FEVEREIRO - 2023** |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA****20/02** | **3ª FEIRA****21/02** | **4ª FEIRA****22/02** | **5ª FEIRA****23/02** | **6ª FEIRA****24/02** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs** **Lanche da tarde****14:45hs** | Recesso CARNAVAL  | Recesso CARNAVAL | Macarrão com carneBeterraba  | Leite com cacauPão queijoBanana | Arroz - Batatinha em molhoFrango assado/molho 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** |
| 382,6Kcal | 67g  | 11,6g  | 8g  |
| 70,3% | 12% | 19,3% |
| **Catiane Zamarchi** **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** |

