|  |
| --- |
|  **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 (Celíaca) Érica**  |
| **ABRIL/2023** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA****03/04** | **3ª FEIRA****04/04** | **4ª FEIRA****05/04** | **5ª FEIRA****06/04** | **6ª FEIRA****07/04** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | PolentaCarne suína Alface | Suco de morangoPanqueca de tapioca com carne, cenoura e tomate  | Suco de uva Bolo de cenoura com farinha de arrozMelão  | Arroz – feijãoCarne suínaBeterraba | FERIADO  |
| **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** |
| 420kcal | 75,7g  | 13,2g  | 7,5g  |
| 71,5% | 12,5% | 16% |
| **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 (Celíaca) Érica** |
| **ABRIL/2023** |
| **2° SEMANA**  | **2ª FEIRA****10/04** | **3ª FEIRA****11/04** | **4ª FEIRA****12/04** | **5ª FEIRA****13/04** | **6ª FEIRA****14/04** |
| **Lanche da manhã** **09:00hs****Lanche da tarde****15:30hs** | \*Macarrão Carne moída Alface  | Suco de uvaPanqueca de tapioca com frango, cenoura e tomate  | Sopa de feijão com batatinha e arrozMaçã  | Galinhada Repolho  | Café com leite Bolinho de arrozBanana |
| **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** |
| 396,4kcal | 72g  | 16g  | 6g  |
| 70% | 16,1% | 13,6% |
|  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. Catiane Zamarchi****CRN10: 2783** |

\*Massa sem glúten

|  |
| --- |
| **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 (Celíaca) Érica** |
| **ABRIL/2023** |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA****17/04** | **3ª FEIRA****18/04** | **4ª FEIRA****19/04** | **5ª FEIRA****20/04** | **6ª FEIRA****21/04** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Polenta Carne suína Alface | Suco de abacaxiTapioca com ovo  | Sopa com frango, cenoura, batatinha e arrozBanana |  Panqueca com farinha de arroz e carne moídaMelão | FERIADO  |
| **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** |
| 334,4kcal | 55,5g  | 15g  | 6g  |
| 66% | 18% | 16% |
| **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 (Celíaca) Érica** |
| **ABRIL/2023** |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA****24/04** | **3ª FEIRA****25/04** | **4ª FEIRA****26/04** | **5ª FEIRA****27/04** | **6ª FEIRA****28/04** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Galinhada Alface | Suco de morangoPanqueca com tapioca carne, cenoura e tomate  | Lasanha de tapioca com carne, cenoura, tomate, temperos e queijoMelão   | Arroz – feijãoCarne suínaBeterraba |  Leite com cacauPão de queijoMaçã  |
| **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** |
| 361,5kcal | 52g  | 16g  | 10g  |
| 57,5% | 17,7% | 24,8% |
| **Catiane Zamarchi** **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** |