|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | | | | | |
| **MAIO/2023** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **01/05** | **3ª FEIRA**  **02/05** | **4ª FEIRA**  **03/05** | **5ª FEIRA**  **04/05** | **6ª FEIRA**  **05/05** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Feriado | Suco de abacaxi  Panqueca com frango, cenoura e tomate | Polenta  Cubos bovino  Alface | Caldo de feijão com carne suína, batatinha e arroz  Maçã | Iogurte  Bolo de cenoura com farinha de arroz  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** |
| 412kcal | 72g | 15g | 7g |
| 70% | 14% | 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** | | | | | |
| **MAIO/2023** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **08/05** | **3ª FEIRA**  **09/05** | **4ª FEIRA**  **10/05** | **5ª FEIRA**  **11/05** | **6ª FEIRA**  **12/05** |
| **Lanche da manhã**  **09:00hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão  Carne moída  Alface  \* massa sem glúten | Suco de uva  Panqueca com carne, cenoura e tomate | Sopa de legumes, frango e arroz  Mamão | Arroz – feijão  Carne suína  Beterraba | Café com leite  Biscoito sem glúten  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** |
| 403kcal | 69g | 15g | 7g |
| 69% | 15% | 16% |
| **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** | | | | | |
| **MAIO/2023** | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **15/05** | **3ª FEIRA**  **16/05** | **4ª FEIRA**  **17/05** | **5ª FEIRA**  **18/05** | **6ª FEIRA**  **19/05** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Suco de abacaxi  Panqueca tapioca com ovo | Sopa de legumes, frango e massa  Maçã  \*massa sem glúten | Galinhada  Repolho | Tapioca com carne moída  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** |
| 380kcal | 64g | 17g | 6g |
| 67% | 18% | 15% |
| **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** | | | | | |
| **MAIO/2023** | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **22/05** | **3ª FEIRA**  **23/05** | **4ª FEIRA**  **24/05** | **5ª FEIRA**  **25/05** | **6ª FEIRA**  **26/05** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Mandioca  Carne suína  Alface | Suco de morango  Panqueca com carne, cenoura e tomate | Lasanha de frango, cenoura, tomate, temperos e queijo  Melão  \*massa sem glúten | Arroz – feijão  Carne moída  com cenoura | Café com leite  Pão de queijo  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** |
| 364,7kcal | 55g | 16g | 9g |
| 60% | 17% | 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 (Celíaca) Érica** | | | | | |
| **MAIO/2023** | | | | | |
| **5° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **29/05** | **3ª FEIRA**  **30/05** | **4ª FEIRA**  **31/05** | **5ª FEIRA**  **01/06** | **6ª FEIRA**  **02/06** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com carne  Alface  \*massa sem glúten | Suco de abacaxi  Panqueca com frango, cenoura e tomate | Torta de bolacha  Melão    \*biscoito sem glúten | Arroz  Frango assado  com batatinha  Tomate | Sopa de legumes, frango e massa  Banana  \*massa sem glúten |
| **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** |
| 322kcal | 52g | 15g | 6g |
| 65% | 18% | 16% |
| **Catiane Zamarchi**  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** | | | | | |