|  |
| --- |
|  **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**  |
| **JULHO/2023** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA****03/07** | **3ª FEIRA****04/07** | **4ª FEIRA****05/07** | **5ª FEIRA****06/07** | **6ª FEIRA****07/07** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Polenta Carne suína Alface  | Suco de abacaxiPanqueca com tapioca, frango e cenoura  | Sopa de frango, cenoura, batatinha e arrozMelão  | Macarrão com carne Repolho  | Café com leite Cup cake 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** |
| 347,8kcal | 61g  | 13g  | 6g  |
| 70% | 14% | 16% |
| **Catiane Zamarchi** **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** |

\*Massa: sem glúten

\*Cup cake: 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** |
| **JULHO/2023** |
| **2° SEMANA**  | **2ª FEIRA****10/07** | **3ª FEIRA****11/07** | **4ª FEIRA****12/07** | **5ª FEIRA****13/07** | **6ª FEIRA****14/07** |
| **Lanche da manhã** **09:00hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Galinhada Alface  | Café com leiteCrepioca com omelete   | Sopa de legume, frango e massa Maçã |  Arroz – feijãoCarne suína Beterraba  | Chá de ervasBolo de fubáBanana  |
| **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** |
| 382kcal | 51g  | 16g  | 8g  |
| 64% | 17% | 19% |
|  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. Catiane Zamarchi****CRN10: 2783** |

\*Massa sem glúten

\*Bolo sem glúten