|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | | | | | |
| **SETEMBRO/2023** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **04/09** | **3ª FEIRA**  **05/09** | **4ª FEIRA**  **06/09** | **5ª FEIRA**  **07/09** | **6ª FEIRA**  **08/09** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Galinhada com cenoura  Repolho | Chá de cidreira  Pão com carne e cenoura | Caldo de feijão com carne suína, batatinha e massa.  Maçã | 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** |
| 344kcal | 54g | 12,9g | 8,4g |
| 63% | 15% | 22% |
| 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** | | | | | |
| **SETEMBRO/2023** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **11/09** | **3ª FEIRA**  **12/09** | **4ª FEIRA**  **13/09** | **5ª FEIRA**  **14/09** | **6ª FEIRA**  **15/09** |
| **Lanche da manhã**  **09:00hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão  Carne moída  Alface | Chá cidreira  Pão com frango, cenoura e tomate | Sopa de legume, frango e arroz  Banana | Arroz – feijão  Farofa com carne suína, cenoura e tempero verde | Café com leite  Bolo de fubá  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** |
| 351kcal | 58g | 12g | 7,8g |
| 66% | 14% | 20% |
| **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** | | | | | |
| **SETEMBRO/2023** | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **18/09** | **3ª FEIRA**  **19/09** | **4ª FEIRA**  **20/09** | **5ª FEIRA**  **21/09** | **6ª FEIRA**  **22/09** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Café com leite  Pão com ovo | Arroz – batatinha  Frango assado  Repolho | Suco de uva  Esfira de frango  Banana | Lasanha com carne, temperos, cenoura e queijo  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** |
| 349kcal | 58g | 12g | 7,3g |
| 67% | 14% | 19% |
| **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** | | | | | |
| **SETEMBRO/2023** | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **25/09** | **3ª FEIRA**  **26/09** | **4ª FEIRA**  **27/09** | **5ª FEIRA**  **28/09** | **6ª FEIRA**  **29/09** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Mandioca  Carne suína  Alface | Suco de uva  Pão com frango, cenoura e tomate | Panqueca com carne  Banana | Arroz – feijão  Carne moída  Beterraba | Café com leite  Pão de queijo  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** |
| 348kcal | 55g | 11,3g | 9g |
| 63% | 13% | 24% |
| **Catiane Zamarchi**  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** | | | | | |