|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | | | | | |
| **DEZEMBRO/2023** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **04/12** | **3ª FEIRA**  **05/12** | **4ª FEIRA**  **06/12** | **5ª FEIRA**  **07/12** | **6ª FEIRA**  **08/12** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com frango  Repolho | Suco de uva  Crepioca com carne e cenoura | Melancia  Bolo de fubá | Polenta  Carne suína  Beterraba | Iogurte zero lactose  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** |
| 363kcal | 57g | 12,7g | 9,2g |
| 63% | 14% | 23% |
| **Catiane Zamarchi**  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** | | | | | |

\*Massa sem glúten

\*Bolo 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** | | | | | |
| **DEZEMBRO/2023** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **11/12** | **3ª FEIRA**  **12/12** | **4ª FEIRA**  **13/12** | **5ª FEIRA**  **14/12** | **6ª FEIRA**  **15/12** |
| **Lanche da manhã**  **09:00hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Galinhada  Repolho | Chá cidreira  Crepioca com frango, cenoura e tomate | Leite achocolatado  Pão de queijo  Melão | Arroz – feijão  Ovo  Beterraba | Melancia  Esfira de carne |
| **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 | 54g | 12,2g | 9,3g |
| 62% | 14% | 24% |
| **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. Catiane Zamarchi**  **CRN10: 2783** | | | | | |