|  |
| --- |
|  **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 frangoRepolho  | Suco de uvaCrepioca com carne e cenoura  | Melancia Bolo de fubá | Polenta Carne suínaBeterraba | Iogurte zero lactoseMaçã  |
|  **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** | GalinhadaRepolho  | Chá cidreira Crepioca com frango, cenoura e tomate  | Leite achocolatadoPão de queijoMelão  | Arroz – feijãoOvo 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** |