|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | | | | | |
| **ABRIL/2023** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **01/04** | **3ª FEIRA**  **02/04** | **4ª FEIRA**  **03/04** | **5ª FEIRA**  **04/04** | **6ª FEIRA**  **05/04** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Suco de uva  Crepioca com carne e cenoura | Cup cake de cenoura com aveia  Melão | Arroz – feijão  Carne suína  Beterraba | Café com leite  Crepioca  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** |
| 421kcal | 75,7g | 13,2g | 7,5g |
| 71,5% | 12,5% | 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** | | | | | |
| **ABRIL/2023** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **08/04** | **3ª FEIRA**  **09/04** | **4ª FEIRA**  **10/04** | **5ª FEIRA**  **11/04** | **6ª FEIRA**  **12/04** |
| **Lanche da manhã**  **09:00hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | \*Macarrão  Carne moída  Alface | Suco de uva  Panqueca de tapioca com frango, cenoura e tomate | Sopa de feijão com batatinha e arroz  Mamão | Galinhada  Repolho | Café com leite  Bolinho de arroz  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** |
| 397,4kcal | 72g | 16g | 6g |
| 70% | 16,1% | 13,6% |
| **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** | | | | | |
| **ABRIL/2023** | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **15/04** | **3ª FEIRA**  **16/04** | **4ª FEIRA**  **17/04** | **5ª FEIRA**  **18/04** | **6ª FEIRA**  **19/04** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Suco de abacaxi  Tapioca com ovo | Sopa com frango, cenoura, batatinha e arroz  Maçã | Crepioca com carne moída  Melão | Iogurte  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** |
| 335,4kcal | 55,5g | 15g | 6g |
| 66% | 18% | 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** | | | | | |
| **ABRIL/2023** | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **22/04** | **3ª FEIRA**  **23/04** | **4ª FEIRA**  **24/04** | **5ª FEIRA**  **25/04** | **6ª FEIRA**  **26/04** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Galinhada  Alface | Suco de morango  Panqueca com tapioca carne, cenoura e tomate | \* Lasanha com carne, cenoura, tomate, temperos e queijo  Melão | Arroz – feijão  Farofa com carne suína e cenoura | Leite com cacau  Pão de 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** |
| 362,5kcal | 52g | 16g | 10g |
| 57,5% | 17,7% | 24,8% |
| **Catiane Zamarchi**  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** | | | | | |

\*Massa sem glúten