|  |
| --- |
|  **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** | PolentaCarne suína Alface | Suco de uvaCrepioca com carne e cenoura | Cup cake de cenoura com aveia Melão  | Arroz – feijãoCarne suínaBeterraba | Café com leiteCrepioca 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 uvaPanqueca de tapioca com frango, cenoura e tomate  | Sopa de feijão com batatinha e arrozMamão  | Galinhada Repolho  | Café com leite Bolinho de arrozBanana |
| **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 abacaxiTapioca com ovo  | Sopa com frango, cenoura, batatinha e arrozMaçã  |  Crepioca com carne moídaMelão | 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 morangoPanqueca com tapioca carne, cenoura e tomate  | \* Lasanha com carne, cenoura, tomate, temperos e queijoMelão   | Arroz – feijãoFarofa com carne suína e cenoura |  Leite com cacauPão de queijoMaçã  |
| **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