|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | | | | | |
| **MAIO/2024** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **29/04** | **3ª FEIRA**  **30/04** | **4ª FEIRA**  **01/05** | **5ª FEIRA**  **02/05** | **6ª FEIRA**  **03/05** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com carne  Repolho | Suco de abacaxi  Pão com frango, cenoura e tomate | Polenta  Costelinha suína  Alface | Caldo de feijão com carne suína, batatinha e massa  Laranja | Iogurte  Bolo de cenoura  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** |
| 411kcal | 72g | 15g | 7g |
| 70% | 14% | 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** | | | | | |
| **MAIO/2024** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **06/05** | **3ª FEIRA**  **07/05** | **4ª FEIRA**  **08/05** | **5ª FEIRA**  **09/05** | **6ª FEIRA**  **10/05** |
| **Lanche da manhã**  **09:00hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Mandioca  Carne moída  Alface | Suco de uva  Pão com carne, cenoura e tomate | Sopa de legumes, frango e arroz  Mamão | Arroz – feijão  Carne suína  Beterraba | Café com leite  Biscoito caseiro  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** |
| 404kcal | 69g | 15g | 7g |
| 69% | 15% | 16% |
| **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** | | | | | |
| **MAIO/2024** | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **13/05** | **3ª FEIRA**  **14/05** | **4ª FEIRA**  **15/05** | **5ª FEIRA**  **16/05** | **6ª FEIRA**  **17/05** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Suco de abacaxi  Pão com ovo | Macarrão com carne  Repolho | Panqueca com carne moída  Banana | Suco de uva  Esfira de frango  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** |
| 382kcal | 64g | 17g | 6g |
| 67% | 18% | 15% |
| **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** | | | | | |
| **MAIO/2024** | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **20/05** | **3ª FEIRA**  **21/05** | **4ª FEIRA**  **22/05** | **5ª FEIRA**  **23/05** | **6ª FEIRA**  **24/05** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Galinhada  Alface | Suco de morango  Pão com carne, cenoura e tomate | Lasanha de frango, cenoura, tomate, temperos e queijo.  Melão | Arroz – feijão  Farofa de carne moída  com cenoura | Café com leite  Pão de queijo  Mamão |
| **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** |
| 366kcal | 55g | 16g | 9g |
| 60% | 17% | 24% |
| **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** | | | | | |
| **MAIO/2024** | | | | | |
| **5° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **27/05** | **3ª FEIRA**  **28/05** | **4ª FEIRA**  **29/05** | **5ª FEIRA**  **30/05** | **6ª FEIRA**  **31/05** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com carne  Alface | Suco de abacaxi  Pão com frango, cenoura e tomate | Torta de bolacha  Melão | Arroz  Frango assado  com batatinha  Tomate | Sopa de legumes, frango e agnholine  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** |
| 323kcal | 52g | 15g | 6g |
| 65% | 18% | 16% |
| **Catiane Zamarchi**  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** | | | | | |