|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)  **ESCOLA JACUTINGA** | | | | | |
| **ABRIL/2024** | | | | | |
| **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**  **09:00hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Suco de uva  Pão com carne, cenoura e tomate | Bolo de cenoura  Melão | Café com leite  Palito salgado  Maçã | Arroz – feijão  Carne suína  Beterraba |
| **Almoço**  **11:45hs** |  | Macarrão com frango  Repolho | Arroz – feijão  Farofa com carne suína e cenoura | Arroz  Frango assado com batatinha  Alface |  |
| **Lanche da tarde**  **15:15hs** |  | Leite com cacau  Biscoito caseiro  Banana | Suco de uva  Esfira de carne  Maçã | Suco de abacaxi  Pão com presunto e queijo  Melão |  |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **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% |
| **Integral** | | 998,6kcal | 159g | 30g | 26,5g |
|  | |  | 64% | 12% | 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)  **ESCOLA JACUTINGA** | | | | | |
| **ABRIL/2024** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **10/04** | **3ª FEIRA**  **11/04** | **4ª FEIRA**  **12/04** | **5ª FEIRA**  **13/04** | **6ª FEIRA**  **14/04** |
| **Lanche da manhã**  **09:00hs** | Macarrão  Carne moída  Alface | Suco de uva  Pão com frango, cenoura e tomate | Sopa de feijão com batatinha e arroz  Maçã | Café com leite  Palito salgado  Banana | Galinhada  Repolho |
| **Almoço**  **11:45hs** |  | Arroz – feijão  Ovo cozido  Beterraba | Arroz – mandioca  Carne suína assada  Alface | Lasanha de frango com cenoura e queijo  Repolho |  |
| **Lanche da tarde**  **15:15hs** |  | Café com leite  Cuca caseira  Mamão | Iogurte  Biscoito salgado  Banana | Suco de uma  Pão com carne e cenoura  Melão |  |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **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% |
| **Integral** | | 993kcal | 156g | 37g | 25g |
|  | |  | 63% | 15% | 23% |
| **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)  **ESCOLA JACUTINGA** | | | | | |
| **ABRIL/2024** | | | | | |
| **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**  **09:00hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Suco de abacaxi  Pão com ovo | Sopa com frango, cenoura, batatinha e arroz  Maçã | Iogurte  Biscoito salgado  Banana | Panqueca com carne moída  Melão |
| **Almoço**  **11:45hs** |  | Macarrão com frango  Repolho | Arroz – feijão  Farofa com carne suína e cenoura | Arroz  Bife acebolado  Alface |  |
| **Lanche da tarde**  **15:15hs** |  | Bolo de cenoura  Melão | Leite achocolatado  Pão com melado  Maçã | Suco de uva  Pão de queijo  Banana |  |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **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% |
| **Integral** | | 1,092kcal | 174g | 35g | 28g |
|  | |  | 64% | 13% | 23% |
| **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)  **ESCOLA JACUTINGA** | | | | | |
| **ABRIL/2024** | | | | | |
| **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**  **09:00hs** | Galinhada  Alface | Suco de uva  Pão com carne, cenoura e tomate | Lasanha de carne, cenoura, tomate, temperos e queijo  Melão | Leite com cacau  Pão de queijo  Maçã | Arroz – feijão  Farofa com carne suína e cenoura |
| **Almoço**  **11:45hs** |  | Polenta  Carne suína  Repolho | Arroz – feijão  Carne moída  Beterraba | Arroz  Frango assado com batatinha  Alface |  |
| **Lanche da tarde**  **15:15hs** |  | Café com leite  Biscoito caseiro  Mamão | Torta de bolacha  Maçã | Suco de abacaxi  Pão com presunto e queijo  Melão |  |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **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% |
| **Integral** | | 1020kcal | 158g | 35g | 27g |
|  | |  | 62% | 14% | 24% |
| **Catiane Zamarchi**  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** | | | | | |