|  |
| --- |
| **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** | PolentaCarne suína Alface | Suco de uvaPão com carne, cenoura e tomate  | Bolo de cenoura Melão  | Café com leitePalito salgadoMaçã  | Arroz – feijãoCarne suínaBeterraba |
| **Almoço** **11:45hs** |  |  Macarrão com frangoRepolho  | Arroz – feijãoFarofa com carne suína e cenoura | ArrozFrango assado com batatinhaAlface  |  |
| **Lanche da tarde****15:15hs** |  | Leite com cacauBiscoito caseiroBanana  | Suco de uvaEsfira de carneMaçã  | Suco de abacaxiPão com presunto e queijoMelão  |  |
| **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 uvaPão com frango, cenoura e tomate  | Sopa de feijão com batatinha e arrozMaçã  | Café com leite Palito salgadoBanana   | Galinhada Repolho |
| **Almoço** **11:45hs** |  | Arroz – feijãoOvo cozido Beterraba  | Arroz – mandiocaCarne suína assadaAlface  | Lasanha de frango com cenoura e queijoRepolho  |  |
| **Lanche da tarde****15:15hs** |  | Café com leiteCuca caseiraMamão  | IogurteBiscoito salgadoBanana  | Suco de uma Pão com carne e cenouraMelão  |  |
| **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 abacaxiPão com ovo  | Sopa com frango, cenoura, batatinha e arrozMaçã  | Iogurte Biscoito salgadoBanana | Panqueca com carne moídaMelão |
| **Almoço** **11:45hs** |  | Macarrão com frangoRepolho  | Arroz – feijãoFarofa com carne suína e cenoura | ArrozBife aceboladoAlface |  |
| **Lanche da tarde****15:15hs** |  | Bolo de cenouraMelão  | Leite achocolatadoPão com meladoMaçã | Suco de uvaPão de queijoBanana  |  |
| **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 queijoMelão |  Leite com cacauPão de queijoMaçã  | Arroz – feijãoFarofa com carne suína e cenoura |
| **Almoço** **11:45hs** |  | Polenta Carne suínaRepolho  | Arroz – feijãoCarne moídaBeterraba  | ArrozFrango assado com batatinhaAlface  |  |
| **Lanche da tarde****15:15hs** |  | Café com leiteBiscoito caseiroMamão  | Torta de bolacha Maçã  | Suco de abacaxi Pão com presunto e queijoMelão |  |
|  **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** |