|  |
| --- |
| **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**  |
| **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** **09:00hs** | Macarrão com carne Repolho | Suco de abacaxiPão com frango, cenoura e tomate  | PolentaCostelinha suína Alface | Caldo de feijão com carne suína, batatinha e massaLaranja  | Iogurte Bolo de cenoura Melão  |
| **Almoço** **11:45hs** |  |  Macarrão com frangoRepolho  | Arroz – feijãoFarofa com carne suína e cenoura | ArrozFrango assado com batatinhaAlface  |  |
| **Lanche da tarde****15:15hs** |  | Leite com cacauPalito salgadoBanana  | Suco de uvaBiscoito caseiroMaçã  | 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** |
| 411kcal | 75,7g  | 13,2g  | 7,5g  |
| 71,5% | 12,5% | 16% |
| **Integral**  | 993kcal  | 158g | 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** |
| **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** | Mandioca Carne moída Alface  | Suco de uvaPão com carne, cenoura e tomate  | Sopa de legumes, frango e arrozMamão  |  Arroz – feijãoCarne suína Beterraba  | Café com leite Biscoito caseiroBanana |
| **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 melado 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** |
| 404kcal | 72g  | 16g  | 6g  |
| 70% | 16,1% | 13,6% |
| **Integral** | 989kcal | 155g | 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** |
| **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** **09:00hs** | Polenta Carne suína Alface | Suco de abacaxiPão com ovo  | Macarrão com carneRepolho | Panqueca com carne moídaBanana  | Suco de uvaEsfira de frangoMelão  |
| **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 presunto e queijoMaçã | 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** |
| 382kcal | 55,5g  | 15g  | 6g  |
| 66% | 18% | 16% |
| **Integral** | 1,084kcal | 173g | 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** |
| **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** **09:00hs** | Galinhada Alface | Suco de morangoPão com carne, cenoura e tomate  | Lasanha de frango, cenoura, tomate, temperos e queijo.Melão  | Arroz – feijãoFarofa de carne moída com cenoura  |  Café com leitePão de queijoMamão  |
| **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 Esfira de carne 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** |
| 366kcal | 52g  | 16g  | 10g  |
| 57,5% | 17,7% | 24,8% |
| **Integral** | 1017kcal | 157g | 35g | 27g |
|  |  | 62% | 14% | 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** |
| **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** **09:00hs** | Macarrão com carne Alface  | Suco de abacaxiPão com frango, cenoura e tomate  | Torta de bolachaMelão   | Arroz Frango assado com batatinhaTomate  | Sopa de legumes, frango e agnholine Banana  |
| **Almoço** **11:45hs** |  | Arroz – feijãoOvo cozidoTomate  | Arroz – mandiocaCarne suína refogadaAlface  | Panqueca com carne moídaRepolho  |  |
| **Lanche da tarde****15:15hs** |  | Café com leitePão de queijoMamão  | Suco de abacaxi Pão com ovoMelão | Café com leiteGrostoliBanana  |  |
|  **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** |
| 323kcal | 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** |