|  |
| --- |
|  **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**  |
| **AGOSTO/2024** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA****29/07** | **3ª FEIRA****30/07** | **4ª FEIRA****31/07** | **5ª FEIRA****01/08** | **6ª FEIRA****02/08** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | PolentaCarne suína Alface | Suco ou chá de abacaxiCrepioca com carne, cenoura e tomate  | Sopa de frango com batatinha, cenoura e arrozMaçã | Arroz – feijãoFarofa com carne suína e cenoura | Café com leite Cup cake de cenouraBanana |
| **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** |

\*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** |
| **AGOSTO/2024** |
| **2° SEMANA**  | **2ª FEIRA****05/08** | **3ª FEIRA****06/08** | **4ª FEIRA****07/08** | **5ª FEIRA****08/08** | **6ª FEIRA****09/08** |
| **Lanche da manhã** **09:00hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Macarrão com carne moída Alface | Suco de uvaCrepioca com frango, cenoura e tomate  | Caldo de feijão com carne suína, cenoura, batatinha e massaBergamota  |  Café com leiteCup cake de cenoura Banana  | Melão Crepioca com carne moída e cenoura |
| **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** |
| 418kcal | 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 (Celíaca) Érica** |
| **AGOSTO/2024** |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA****12/08** | **3ª FEIRA****13/08** | **4ª FEIRA****14/08** | **5ª FEIRA****15/08** | **6ª FEIRA****16/08** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Polenta Frango em molhoAlface | Suco ou chá de abacaxiCrepioca  | Sopa de frango com cenoura, batatinha e massaMaçã | Arroz – feijãoCarne suína Beterraba | Chá verdeCrepioca de frangoMelão |
| **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** |
| 383kcal | 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 (Celíaca) Érica** |
| **AGOSTO/2024** |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA****19/08** | **3ª FEIRA****20/08** | **4ª FEIRA****21/08** | **5ª FEIRA****22/08** | **6ª FEIRA****23/08** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Macarrão com frangoAlface | Chá verdeCrepioca com carne, cenoura e tomate  | Lasanha de carne, cenoura, tomate, temperos e queijo.BeterrabaMaçã \*massa sem glúten | Galinhada Repolho |  Café com leitePão de queijoMamão  |
| **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** |
| 386kcal | 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** |
| **AGOSTO/2024** |
| **5° SEMANA** | **2ª FEIRA****26/08** | **3ª FEIRA****27/08** | **4ª FEIRA****28/08** | **5ª FEIRA****29/08** | **6ª FEIRA****30/08** |
| **Lanche da manhã** **09:15hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Polenta Carne suína Alface | Chá verdeCrepioca com frango, cenoura e tomate  | Arroz Frango assado com batatinhaTomate | Feijão – arrozFarofa com carne suína e cenoura  |  Café com leiteCup cake de fubáMamão  |
| **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** |
| 397kcal | 58g  | 16g  | 9g  |
| 61% | 15% | 24% |
| **Catiane Zamarchi** **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. CRN10: 2783** |