|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | | | | | |
| **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**  **09:00hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Sopa de frango com batatinha, cenoura e arroz  Maçã | Suco ou chá de abacaxi  Pão com carne, cenoura e tomate | Café com leite  Biscoito caseiro  Banana | Arroz – feijão  Farofa com carne suína e cenoura |
| **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  Palito salgado  Banana | Chá ervas  Bolo de fubá  Maçã | Suco/chá de abacaxi  Pão com hambúrguer e tomate | - |
| **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 | 69g | 15g | 8g |
| 66% | 14% | 20% |
| **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** | | | | | |
| **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** | Macarrão com carne moída  Alface | Caldo de feijão com carne suína, cenoura, batatinha e massa – Laranja | Suco de uva  Pão com frango, cenoura e tomate | Melão  Panqueca com carne moída e cenoura | Café com leite  Bolo de cenoura  Banana |
| **Almoço**  **11:45hs** | - | Lasanha de frango com cenoura e queijo  Repolho | Arroz – feijão  Ovo cozido  Beterraba | Polenta  Carne suína assada  Alface | - |
| **Lanche da tarde**  **15:15hs** | - | Café com leite  Cuca caseira  Mamão | Suco de uva  Esfira de carne  Melão | Café com leite  Pão com manteiga e orégano  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** |
| 421kcal | 69g | 15g | 7g |
| 69% | 15% | 16% |
| **Integral** | | 1013kcal | 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** | | | | | |
| **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**  **09:00hs** | Polenta  Frango em molho  Alface | Sopa de frango com cenoura, batatinha e agnholine  Maçã | Suco ou chá de abacaxi  Pão com ovo | Chá verde  Esfira de frango  Melão | Arroz – feijão  Carne suína  Beterraba |
| **Almoço**  **11:45hs** |  | Macarrão com frango  Repolho | Arroz – feijão  Farofa com carne suína e cenoura | Arroz  Costela suína assada  Alface |  |
| **Lanche da tarde**  **15:15hs** |  | Chá verde  Bolo de cenoura  Melão | Leite achocolatado  Pão com presunto e queijo  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** |
| 392kcal | 64g | 17g | 6g |
| 67% | 18% | 15% |
| **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** | | | | | |
| **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**  **09:00hs** | Macarrão com frango  Alface | Lasanha de carne, cenoura, tomate, temperos e queijo.  Beterraba  Maçã | Chá verde  Pão com carne, cenoura e tomate | Café com leite  Pão de queijo  Mamão | Galinhada  Repolho |
| **Almoço**  **11:45hs** | - | Polenta  Carne suína assada  Repolho | Arroz – feijão  Carne moída  Alface | Panqueca de carne moída  Beterraba | - |
| **Lanche da tarde**  **15:15hs** | - | Café com leite  Biscoito caseiro  Mamão | 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** |
| 388kcal | 55g | 16g | 9g |
| 60% | 17% | 24% |
| **Integral** | | 1017kcal | 157g | 35g | 27g |
|  | |  | 62% | 14% | 24% |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | | | | | |
| **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**  **09:00hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Arroz  Frango assado com batatinha  Tomate  Maçã | Chá verde  Pão com frango, cenoura e tomate | Café com leite  Bolo de fubá  Mamão | Feijão – arroz  Farofa com carne suína e cenoura |
| **Almoço**  **11:45hs** | - | Macarrão com frango  Beterraba | Arroz – feijão  Farofa com carne suína e cenoura  Alface | Arroz  Carne suína assada  Repolho | - |
| **Lanche da tarde**  **15:15hs** | - | Café com leite  Grostoli  Mamão | Suco de abacaxi  Esfira de carne  Melão | Café com leite  Pão com manteiga e orégano  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** |
| 397kcal | 57g | 16g | 9g |
| 61% | 15% | 24% |
| **Integral** | | 1021kcal | 158g | 35g | 27g |
|  | |  | 62% | 14% | 24% |