|  |
| --- |
| **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** | PolentaCarne suína Alface | Sopa de frango com batatinha, cenoura e arrozMaçã | Suco ou chá de abacaxiPão com carne, cenoura e tomate  | Café com leite Biscoito caseiroBanana | Arroz – feijãoFarofa com carne suína e cenoura |
| **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  | Chá ervas Bolo de fubáMaçã  | Suco/chá de abacaxiPão 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 uvaPão com frango, cenoura e tomate | Melão Panqueca com carne moída e cenoura | Café com leiteBolo de cenoura Banana  |
| **Almoço** **11:45hs** | - | Lasanha de frango com cenoura e queijoRepolho | Arroz – feijãoOvo cozido Beterraba | PolentaCarne suína assadaAlface | - |
| **Lanche da tarde****15:15hs** | - | Café com leiteCuca caseiraMamão  | Suco de uva Esfira de carne Melão | Café com leitePão com manteiga e oréganoBanana  | - |
| **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 molhoAlface | Sopa de frango com cenoura, batatinha e agnholineMaçã  | Suco ou chá de abacaxiPão com ovo  |  Chá verdeEsfira de frangoMelão  | Arroz – feijãoCarne suína Beterraba |
| **Almoço** **11:45hs** |  | Macarrão com frangoRepolho  | Arroz – feijãoFarofa com carne suína e cenoura | ArrozCostela suína assadaAlface |  |
| **Lanche da tarde****15:15hs** |  | Chá verdeBolo 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** |
| 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 frangoAlface | Lasanha de carne, cenoura, tomate, temperos e queijo.BeterrabaMaçã  | Chá verdePão com carne, cenoura e tomate  |  Café com leitePão de queijoMamão |  Galinhada Repolho |
| **Almoço** **11:45hs** | - | Polenta Carne suína assadaRepolho  | Arroz – feijãoCarne moídaAlface  |  Panqueca de carne moídaBeterraba | - |
| **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** |
| 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 batatinhaTomateMaçã  | Chá verdePão com frango, cenoura e tomate  |  Café com leiteBolo de fubáMamão  |  Feijão – arrozFarofa com carne suína e cenoura |
| **Almoço** **11:45hs** | - | Macarrão com frangoBeterraba | Arroz – feijãoFarofa com carne suína e cenouraAlface  | Arroz Carne suína assadaRepolho | - |
| **Lanche da tarde****15:15hs** | - | Café com leiteGrostoli Mamão  | Suco de abacaxi Esfira de carne Melão | Café com leitePão com manteiga e oréganoBanana | - |
|  **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% |