|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | | | | | |
| **SETEMBRO/2024** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **02/09** | **3ª FEIRA**  **03/09** | **4ª FEIRA**  **04/09** | **5ª FEIRA**  **05/09** | **6ª FEIRA**  **06/09** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com carne moída  Alface | Suco de abacaxi  Crepioca com carne, cenoura e tomate | Sopa de frango com batatinha, cenoura e arroz  Maçã | Arroz – feijão  Ovo cozido  Beterraba | Café com leite  Cup cake de cenoura  Banana |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(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** | | | | | |
| **SETEMBRO/2024** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **09/09** | **3ª FEIRA**  **10/09** | **4ª FEIRA**  **11/09** | **5ª FEIRA**  **12/09** | **6ª FEIRA**  **13/09** |
| **Lanche da manhã**  **09:00hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Suco de uva  Crepioca com frango, cenoura e tomate | Caldo de feijão com carne suína, cenoura, batatinha e massa  Laranja | Café com leite  Cup cake de cenoura  Maçã | 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** | | | | | |
| **SETEMBRO/2024** | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **16/09** | **3ª FEIRA**  **17/09** | **4ª FEIRA**  **18/09** | **5ª FEIRA**  **19/09** | **6ª FEIRA**  **20/09** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão  Frango em molho  Alface | Suco ou chá de abacaxi  Crepioca | Arroz  Frango assado com batatinha  Tomate  Melão | Arroz – feijão  Carne suína  Beterraba | Chá verde  Crepioca de frango  Banana |
| **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** | | | | | |
| **SETEMBRO/2024** | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **23/09** | **3ª FEIRA**  **24/09** | **4ª FEIRA**  **25/09** | **5ª FEIRA**  **26/09** | **6ª FEIRA**  **27/09** |
| **Lanche da manhã**  **09:15hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Suco de uva  Crepioca com carne, cenoura e tomate | Lasanha de carne, cenoura, tomate, temperos e queijo.  Beterraba  Maçã  \*massa sem glúten | Galinhada  Repolho | Café com leite  Pão de queijo  Mamão |
| **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** | | | | | |