|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE****PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CEI PINGO DE GENTE** |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Pré escola)***FAIXA ETÁRIA** (04 aos 05 anos) |
| **SETEMBRO/2021** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA****30/08** | **3ª FEIRA****31/08** | **4ª FEIRA****01/09** | **5ª FEIRA****02/09** | **6ª FEIRA****03/09** |
| **Lanche da manhã** **09:25hs****Lanche da tarde****15:10hs** |  Polenta OvoAlface | Sopa de feijão com batatinha e arrozLaranja  | Chá Pastel assado de frango com brócolisMamão  | Arroz – feijãoCarne suína Repolho | Suco de maracujá Pão com carne, cenoura e tomate  |
| **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** |
| 273kcal | 42,3g  | 8.8g  | 7,8g  |
| 62% | 13% | 25% |
| **Catiane Zamarchi****CRN10: 2783** |

Obs: Para os alunos com intolerância à lactose fazer a substituição do leite integral pelo zero lactose, inclusive as preparações que possuem leite.

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE****PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CEI PINGO DE GENTE** |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Pré escola)***FAIXA ETÁRIA** (04 aos 05 anos) |
| **SETEMBRO/2021** |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA****06/09** | **3ª FEIRA****-** | **4ª FEIRA****08/09** | **5ª FEIRA****09/09** | **6ª FEIRA****10/09** |
| **Lanche da manhã** **09:25hs****Lanche da tarde****15:10hs** |  ArrozCarne moída com batatinha Alface | -  | Suco de uvaPanqueca com carne, tomate e cenoura Maçã  |  Galinhada com cenouraRepolhoMelão  | Suco de laranja Pão com presunto e queijo  |
| **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** |
| 278kcal | 44,4g  | 9,1g  | 7g  |
| 64% | 13,2% | 22,8% |
| **Catiane Zamarchi****CRN10: 2783** |

Obs: Para os alunos com intolerância à lactose fazer a substituição do leite integral pelo zero lactose, inclusive as preparações que possuem leite.

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE****PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CEI PINGO DE GENTE** |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Pré escola)***FAIXA ETÁRIA** (04 aos 05 anos) |
| **SETEMBRO/2021** |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA****13/09** | **3ª FEIRA****14/09** | **4ª FEIRA****15/09** | **5ª FEIRA****16/09** | **6ª FEIRA****17/09** |
| **Lanche da manhã** **09:25hs****Lanche da tarde****15:10hs** | Galinhada com cenouraAlface | Café com leiteBolacha caseiraBanana  | Lasanha com carneBeterraba Mamão | Mandioca Carne moídaRepolho  | Suco de maracujáPão com frango, cenoura e tomate  |
| **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** |
| 275,4kcal | 42.6g  | 8.2g  | 7,9g  |
| 62% | 12% | 26% |
| **Catiane Zamarchi****CRN10: 2783** |

Obs: Para os alunos com intolerância à lactose fazer a substituição do leite integral pelo zero lactose, inclusive as preparações que possuem leite.

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE****PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CEI PINGO DE GENTE** |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Pré escola)***FAIXA ETÁRIA** (04 aos 05 anos) |
| **SETEMBRO/2021** |
| **4° SEMANA**  | **2ª FEIRA****20/09** | **3ª FEIRA****21/09** | **4ª FEIRA****22/09** | **5ª FEIRA****23/09** | **6ª FEIRA****24/09** |
| **Lanche da manhã** **09:25hs****Lanche da tarde****15:10hs** | Polenta Carne suínaAlface  | Leite com cacauBolo de cenoura com açúcar mascavoMelão  | Arroz – feijão Carne moídaRepolho  | Macarrão com frango Beterraba Laranja  | Suco de abacaxiPão com carne, cenoura e tomate |
| **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** |
| 274,2kcal | 43.2g  | 8,2g  | 7,5g  |
| 63.1% | 12% | 24,9% |
| **Catiane Zamarchi****CRN10: 2783** |

Obs: Para os alunos com intolerância à lactose fazer a substituição do leite integral pelo zero lactose, inclusive as preparações que possuem leite.

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE****PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CEI PINGO DE GENTE** |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Pré escola)***FAIXA ETÁRIA** (04 aos 05 anos) |
| **SETEMBRO/2021** |
| **5° SEMANA**  | **2ª FEIRA****27/09** | **3ª FEIRA****28/09** | **4ª FEIRA****29/09** | **5ª FEIRA****30/09** | **6ª FEIRA****01/10** |
| **Lanche da manhã** **09:25hs****Lanche da tarde****15:10hs** | ArrozCarne em molho com batatinha Alface | Suco de laranjaBolo salgado (frango, tomate, cenoura, queijo e tempero verde)Melão  | Arroz – feijãoOvo cozidoRepolho | Macarrão com carneBeterraba Maçã  | Suco de uva Pão com frango, cenoura e tomate |
|  **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** |
| 273,1kcal | 43.4g  | 7.5g  | 7.6g  |
| 63.7% | 11% | 25,3% |
| **Catiane Zamarchi****CRN10: 2783** |