|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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  Ovo  Alface | Sopa de feijão com batatinha e arroz  Laranja | Chá  Pastel assado de frango com brócolis  Mamão | Arroz – feijão  Carne 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** | Arroz  Carne moída com batatinha  Alface | - | Suco de uva  Panqueca com carne, tomate e cenoura  Maçã | Galinhada com cenoura  Repolho  Melão | 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 cenoura  Alface | Café com leite  Bolacha caseira  Banana | Lasanha com carne  Beterraba  Mamão | Mandioca  Carne moída  Repolho | Suco de maracujá  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** |
| 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 suína  Alface | Leite com cacau  Bolo de cenoura com açúcar mascavo  Melão | Arroz – feijão  Carne moída  Repolho | Macarrão com frango  Beterraba  Laranja | Suco de abacaxi  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** |
| 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** | Arroz  Carne em molho com batatinha  Alface | Suco de laranja  Bolo salgado (frango, tomate, cenoura, queijo e tempero verde)  Melão | Arroz – feijão  Ovo cozido  Repolho | Macarrão com carne  Beterraba  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** | | | | | |