|  |
| --- |
| **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) |
| **NOVEMBRO/2021** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA****01/11** | **3ª FEIRA****02/11** | **4ª FEIRA****03/11** | **5ª FEIRA****04/11** | **6ª FEIRA****05/11** |
| **Lanche da manhã** **09:25hs****Lanche da tarde****15:10hs** | Ponto Facultativo | Feriado | Galinhada com cenouraRepolho  | Leite com cacauBolo de cenoura com açúcar mascavoMaçã  | Suco de maracujáPão com carne 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** |
| 274kcal | 43.4g  | 8.2g  | 7.4g  |
| 63,5% | 12% | 24.5% |
|  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. Catiane Zamarchi****CRN10: 2783** |

|  |
| --- |
| **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) |
| **NOVEMBRO/2021** |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA****08/11** | **3ª FEIRA****09/11** | **4ª FEIRA****10/11** | **5ª FEIRA****11/11** | **6ª FEIRA****12/11** |
| **Lanche da manhã** **09:25hs****Lanche da tarde****15:10hs** | Polenta Carne suínaAlface  | Melancia Esfira de carne  | Macarrão com frangoRepolho  | IogurteBiscoito salgadoMaçã  | Suco de uvaPão com frango 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** |
| 282kcal | 44.5g  | 8.6g  | 7g  |
| 64,3% | 12,6% | 23,1% |
|  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. Catiane Zamarchi****CRN10: 2783** |

|  |
| --- |
| **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) |
| **NOVEMBRO/2021** |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA****15/11** | **3ª FEIRA****16/11** | **4ª FEIRA****17/11** | **5ª FEIRA****18/11** | **6ª FEIRA****19/11** |
| **Lanche da manhã** **09:25hs****Lanche da tarde****15:10hs** | Feriado  | Torta de bolacha (cacau)Mamão  | Panqueca com frango, cenoura, tempero verde e tomate | Melão Bolo salgado com frango, cenoura e queijo | Suco de abacaxi Pão com carne 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** |
| 277,9kcal | 42.1g  | 8.7g  | 7.8g  |
| 61.4% | 12,8% | 25,8% |
|  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. Catiane Zamarchi****CRN10: 2783** |

|  |
| --- |
| **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) |
| **NOVEMBRO/2021** |
| **4° SEMANA**  | **2ª FEIRA****22/11** | **3ª FEIRA****23/11** | **4ª FEIRA****24/11** | **5ª FEIRA****25/11** | **6ª FEIRA****26/11** |
| **Lanche da manhã** **09:25hs****Lanche da tarde****15:10hs** | Mandioca Carne suínaAlface | MelanciaEsfira de frango | Arroz – feijãoOvo Beterraba | Café com leitePalito salgado Banana  | Suco de maracujáPão com frango 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** |
| 276.2kcal | 44.2g  | 7.6g  | 7.6g  |
| 64,2% | 11.1% | 24,8% |
|  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. Catiane Zamarchi****CRN10: 2783** |