|  |
| --- |
| **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) |
| **OUTUBRO/2021** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA****04/10** | **3ª FEIRA****05/10** | **4ª FEIRA****06/10** | **5ª FEIRA****07/10** | **6ª FEIRA****08/10** |
| **Lanche da manhã** **09:25hs****Lanche da tarde****15:10hs** | Mandioca Carne suínaAlface  | Suco de uvaEsfira de carne Banana  | Galinhada com cenouraRepolho Melão | Leite com cacauPão com presunto e queijo | Mini pizzaBolo de cacauMelancia Geladinho de fruta  |
| **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** |
| 276.9kcal | 44g  | 8.3g  | 7.5g  |
| 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) |
| **OUTUBRO/2021** |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA****11/10** | **3ª FEIRA****12/10** | **4ª FEIRA****13/10** | **5ª FEIRA****14/10** | **6ª FEIRA****15/10** |
| **Lanche da manhã** **09:25hs****Lanche da tarde****15:10hs** | Feriado  | Feriado  | Macarrão com carneRepolho  | Suco de maracujáBolo de fubá e açúcar mascavoMaçã  | Feriado  |
| **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 | 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) |
| **OUTUBRO/2021** |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA****18/10** | **3ª FEIRA****19/10** | **4ª FEIRA****20/10** | **5ª FEIRA****21/10** | **6ª FEIRA****22/10** |
| **Lanche da manhã** **09:25hs****Lanche da tarde****15:10hs** | Galinhada com cenouraAlface  | Torta de bolacha (cacau)Maçã  | Lasanha com carne, cenoura, tempero verde, tomate e Melão  | Mandioca Carne suína Repolho | Suco de laranja 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** |
| 274,3kcal | 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) |
| **OUTUBRO/2021** |
| **4° SEMANA**  | **2ª FEIRA****25/10** | **3ª FEIRA****26/10** | **4ª FEIRA****27/10** | **5ª FEIRA****28/10** | **6ª FEIRA****29/10** |
| **Lanche da manhã** **09:25hs****Lanche da tarde****15:10hs** | Polenta Cubos em molhoAlface  | Melancia Bolo de cenoura com açúcar mascavo | ArrozCarne em molho com batatinhaMelão | Arroz – feijãoOvo Beterraba  | 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** |
| 276kcal | 44.2g  | 7.6g  | 7.6g  |
| 64,2% | 11.1% | 24,8% |
|  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. Catiane Zamarchi****CRN10: 2783** |