|  |
| --- |
| **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) |
| **DEZEMBRO/2021** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA****29/12** | **3ª FEIRA****30/11** | **4ª FEIRA****01/12** | **5ª FEIRA****02/12** | **6ª FEIRA****03/12** |
| **Lanche da manhã** **09:25hs****Lanche da tarde****15:10hs** | PolentaCarne suínaAlface  | Torta de bolacha (cacau)Maçã  | Galinhada com cenouraRepolho  | Suco de uvaPalito salgado  Melão | Suco de maracujáPão 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** |
| 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) |
| **DEZEMBRO/2021** |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA****06/12** | **3ª FEIRA****07/12** | **4ª FEIRA****08/12** | **5ª FEIRA****09/12** | **6ª FEIRA****10/12** |
| **Lanche da manhã** **09:25hs****Lanche da tarde****15:10hs** | Macarrão com frangoAlface  | Melancia Bolo de fubá com açúcar mascavo  | Arroz – feijãoOvo cozidoBeterraba  | IogurtePão de queijo Maçã  | 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** |
| 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** |

|  |
| --- |
| **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) |
| **DEZEMBRO/2021** |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA****13/12** | **3ª FEIRA****14/12** | **4ª FEIRA****15/12** | **5ª FEIRA****16/12** | **6ª FEIRA****17/12** |
| **Lanche da manhã** **09:25hs****Lanche da tarde****15:10hs** | Galinhada com cenouraAlface  | Leite com cacauBiscoito caseiroBanana  | Lasanha com frango, cenoura, tempero verde, tomate e queijoRepolho  | Melancia Esfira de frango | Suco de maracujáPão 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** |
| 276.9kcal | 44g  | 8.3g  | 7.5g  |
| 63,5% | 12% | 24.5% |
|  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. Catiane Zamarchi****CRN10: 2783** |