|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE - SC** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CEI PINGO DE GENTE** |
| **CARDÁPIO - CRECHE** **FAIXA ETÁRIA** *(01 - 3 anos)* |
| **PERÍODO** (*parcial/integral)* |
| **MARÇO/2022** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA****28/02** | **3ª FEIRA****01/03** | **4ª FEIRA****02/03** | **5ª FEIRA****03/03** | **6ª FEIRA****04/03** |
| **Café da manhã** **07:30h** |  |  | Café com leiteBiscoito salgado  | Banana  | Café com leitePão com requeijão  |
| **Lanche manhã** **09:30hs****Janta** **15:30hs** | - | Feriado  | Galinhada com cenouraAlface | ArrozCarne em molho com batatinha Banana  | Polenta Carne moída com cenoura e tomate  |
| **Lanche da tarde** **13:15hs** | Banana  | Mamão  | Maçã  | Melão  | Banana  |
|  **Composição nutricional****nal (Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD(g)** | **Vit. A****(mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca****(mg)** | **Fe****(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 382.1 | 60.7g | 11.5g | 10.3g  | 106,7 | 18,2 | 322 | 3,8 |
| 63,6% | 12,1% | 24,3% |
| **Catiane Zamarchi – CRN10:2783** |

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

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE - SC** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CEI PINGO DE GENTE** |
| **CARDÁPIO - CRECHE** **FAIXA ETÁRIA** *(01 - 3 anos)* |
| **PERÍODO** (*parcial/integral)* |
| **MARÇO/2022** |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA****07/03** | **3ª FEIRA****08/03** | **4ª FEIRA****09/03** | **5ª FEIRA****10/03** | **6ª FEIRA****11/03** |
| **Café da manhã** **07:30h** | Café com leitePão com requeijão  | Banana  | Café com leiteBiscoito salgado  | Banana  | Café com leitePão com requeijão  |
| **Lanche manhã** **09:30hs****Janta** **15:30hs** | Mandioca Carne suínaAlface  | Galinhada com cenouraBanana  |  Sopa de feijão com arroz e batatinhaMaçã  | PolentaFrango em molhoRepolho  | ArrozCarne moída com cenoura e tomate |
| **Lanche da tarde** **13:15hs** | Banana  | Mamão  | Maçã  | Melão  | Banana  |
|  **Composição nutricional****nal (Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD(g)** | **Vit. A****(mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca****(mg)** | **Fe****(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 380.3 | 58,9g | 11.7g | 10.8g  | 104 | 15,1 | 332 | 4,1 |
| 62% | 12.4% | 25.6% |
| **Catiane Zamarchi – CRN10:2783** |

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

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE - SC** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CEI PINGO DE GENTE** |
| **CARDÁPIO - CRECHE** **FAIXA ETÁRIA** *(01 - 3 anos)* |
| **PERÍODO** (*parcial/integral)* |
| **MARÇO/2022** |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA****14/03** | **3ª FEIRA****15/03** | **4ª FEIRA****16/03** | **5ª FEIRA****17/03** | **6ª FEIRA****18/03** |
| **Café da manhã** **07:30h** | Café com leitePão com requeijão  | Banana  | Café com leiteBiscoito salgado  | Banana  | Café com leitePão com requeijão  |
| **Lanche manhã** **09:30hs****Janta** **15:30hs** |  Macarrão com frango Alface  | Galinhada com cenoura Melão  | Arroz – feijãoOvo cozidoCouve - flor  | Panqueca com carne moídaBeterraba cozidaMaçã | PolentaCarne moída com cenoura  |
| **Lanche da tarde** **13:15hs** | Banana  | Mamão  | Maçã  | Melão  | Banana  |
|  **Composição nutricional****nal (Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD(g)** | **Vit. A****(mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca****(mg)** | **Fe****(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 379.4 | 60,5g | 12g | 9,9g  | 105,7 | 18,6 | 320 | 4,2 |
| 63.8% | 12.7% | 23.5% |
| **Catiane Zamarchi – CRN10:2783** |

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

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE - SC** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CEI PINGO DE GENTE** |
| **CARDÁPIO - CRECHE** **FAIXA ETÁRIA** *(01 - 3 anos)* |
| **PERÍODO** (*parcial/integral)* |
| **MARÇO/2022** |
| **4° SEMANA**  | **2ª FEIRA****21/03** | **3ª FEIRA****22/03** | **4ª FEIRA****23/03** | **5ª FEIRA****24/03** | **6ª FEIRA****25/03** |
| **Café da manhã** **07:30h** | Café com leitePão com requeijão  | Banana  | Café com leiteBiscoito salgado  | Banana  | Café com leitePão com requeijão  |
| **Lanche manhã** **09:30hs****Janta** **15:30hs** | Polenta com carne suínaAlface | Sopa de feijão com arroz e batatinha Mamão  | Macarrão com carne moída Repolho  | Galinhada com cenoura Melão | PolentaFrango em molho com cenoura  |
| **Lanche da tarde** **13:15hs** | Banana  | Mamão  | Maçã  | Melão  | Banana  |
|  **Composição nutricional****nal (Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD(g)** | **Vit. A****(mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca****(mg)** | **Fe****(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 376.9 | 59,4g | 11,4g | 10,3g  | 105,7 | 18,6 | 320 | 4,2 |
| 63,1% | 12,1% | 24,8% |
| **Catiane Zamarchi – CRN10:2783** |

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

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE - SC** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CEI PINGO DE GENTE** |
| **CARDÁPIO - CRECHE** **FAIXA ETÁRIA** *(01 - 3 anos)* |
| **PERÍODO** (*parcial/integral)* |
| **MARÇO/2022** |
| **5° SEMANA**  | **2ª FEIRA****28/03** | **3ª FEIRA****29/03** | **4ª FEIRA****30/03** | **5ª FEIRA****31/03** | **6ª FEIRA****01/04** |
| **Café da manhã** **07:30h** | Café com leitePão com requeijão  | Banana  | Café com leiteBiscoito salgado  | Banana  | Café com leitePão com requeijão  |
| **Lanche manhã** **09:30hs****Janta** **15:30hs** | Arroz – feijãoCarne suína refogada com cenoura e tomate  | Sopa de feijão com massa e batatinha Banana  | Mandioca Carne moída Alface  | Galinhada com cenoura Melão  | Polenta Carne moída com cenoura e tomate  |
| **Lanche da tarde** **13:15hs** | Banana  | Mamão  | Maçã  | Melão  | Banana  |
|  **Composição nutricional****nal (Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD(g)** | **Vit. A****(mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca****(mg)** | **Fe****(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 376.9 | 59,4g | 11,4g | 10,3g  | 105,7 | 18,6 | 320 | 4,2 |
| 63,1% | 12,1% | 24,8% |
| **Catiane Zamarchi – CRN10:2783** |