|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **0SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE**  **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  **ESCOLA REUNIDA MUNICIPAL ANGELO SOLETTI** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Fundamental I)* **FAIXA ETÁRIA** (06 aos 11 anos) | | | | | |
| **OUTUBRO/2022** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **03/10** | **3ª FEIRA**  **04/10** | **4ª FEIRA**  **05/10** | **5ª FEIRA**  **06/10** | **6ª FEIRA**  **07/10** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Galinhada com frango  Alface | Leite achocolatado  Pão de queijo  Banana | Lasanha com carne, cenoura e queijo  Pêssego | Mandioca  Carne suína  Repolho | Suco de uva  Pão integral 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** |
| 336,7kcal | 53,5g | 10g | 8,9g |
| 64% | 12% | 24% |
| **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**  **ESCOLA REUNIDA MUNICIPAL ANGELO SOLETTI** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Fundamental I)* **FAIXA ETÁRIA** (06 a 11 anos) | | | | | |
| **OUTUBRO/2022** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **10/10** | **3ª FEIRA**  **11/10** | **4ª FEIRA**  **12/10** | **5ª FEIRA**  **13/10** | **6ª FEIRA**  **14/10** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Frango em molho  Alface | Arroz  Feijão preto  Ovo cozido  Laranja | Feriado | Suco de limão  Pão com frango e  cenoura | Torta de bolacha com cacau  Maçã |
| **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** |
| 334,5kcal | 53,8g | 9,6g | 8,9g |
| 64,5% | 11,5% | 24% |
| **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**  **ESCOLA REUNIDA MUNICIPAL ANGELO SOLETTI** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Fundamental I)* **FAIXA ETÁRIA** (06 a 11 anos) | | | | | |
| **OUTUBRO/2022** | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **17/10** | **3ª FEIRA**  **18/10** | **4ª FEIRA**  **19/10** | **5ª FEIRA**  **20/10** | **6ª FEIRA**  **21/10** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com carne  Alface | Melancia  Bolo de fubá | Arroz  Frango assado  Tomate | Mandioca  Carne suína  Mamão | Suco de uva  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** |
| 337,8kcal | 52,7g | 11,3g | 9g |
| 62,6% | 13,4% | 24% |
| **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**  **ESCOLA REUNIDA MUNICIPAL ANGELO SOLETTI** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Fundamental I)* **FAIXA ETÁRIA** (06 a 11 anos) | | | | | |
| **OUTUBRO/2022** | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **24/10** | **3ª FEIRA**  **25/10** | **4ª FEIRA**  **26/10** | **5ª FEIRA**  **27/10** | **6ª FEIRA**  **28/10** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Iogurte  Biscoito salgado  Banana | Lasanha com carne, cenoura e tomate  Pêssego | Arroz – feijão  Ovo/Beterraba  Laranja | Suco de laranja  Pão 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** |
| 345,2 Kcal | 54,5g | 11,5g | 9,0g |
| 63,2% | 13,3% | 23,5% |
| **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose.**  **Catiane Zamarchi**  **CRN10: 2783** | | | | | |

