|  |
| --- |
| **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** *(Maternal e Pré escola)* **FAIXA ETÁRIA** (02 aos 05 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** **09:25hs****Lanche da tarde****15:30hs** |  Galinhada com frangoAlface  | Leite achocolatadoPão de queijoPêssego  | Macarrão com carneRepolho | Sopa de feijão com arrozBanana | Suco de morango 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** |
| 272,7kcal | 42,4g  | 8.8g  | 7,8g  |
| 62% | 13% | 25% |
|  **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** *(Maternal e Pré escola)* **FAIXA ETÁRIA** (02 aos 05 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** **09:25hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Polenta Carne suína Alface  | Suco de abacaxiBolo salgado (frango, milho, cenoura, tomate e temperos verdes)Maçã  |  Feriado  | ArrozFeijão pretoOvo cozidoLaranja  | 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** |
| 276.2kcal | 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** *(Maternal e Pré escola)* **FAIXA ETÁRIA** (02 aos 05 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** **09:25hs****Lanche da tarde****15:30hs** | Macarrão com carne Alface | Arroz Frango assado Tomate | Suco de laranja Panqueca com carne e cenouraMamão  | ArrozFeijão pretoOmelete com cenouraLaranja  | Suco de uva 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** |
| 281,6 Kcal  | 45g | 8.2g | 7.6g |
| 64% | 11,7% | 24,3% |
|  **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** *(Maternal e Pré escola)* **FAIXA ETÁRIA** (02 aos 05 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** **09:25hs****Lanche da tarde****15:30hs** | PolentaCarne suínaAlface  |  IogurteBiscoito salgado Banana  | Lasanha com carne, cenoura e tomatePêssego | Arroz – feijãoOmelete com carne, cenoura e temperinhosBeterraba  | Suco de laranjaPão 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** |
| 277kcal | 44.5g  | 8.5g  | 7.2g  |
| 64,3% | 12,3% | 23,4% |
|  **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. Catiane Zamarchi****CRN10: 2783** |

