|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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) | | | | | |
| **NOVEMBRO/2022** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **31/10** | **3ª FEIRA**  **01/11** | **4ª FEIRA**  **02/11** | **5ª FEIRA**  **03/11** | **6ª FEIRA**  **04/11** |
| **Lanche da manhã**  **09:25hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta com frango  Alface | Leite achocolatado  Pão de queijo  Banana | **FERIADO** | Galinhada com cenoura  Repolho  Mamão | Suco de limão  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** |
| 279,1kcal | 43,9g | 8.6g | 7,6g |
| 63% | 12,4% | 24,6% |
| **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) | | | | | |
| **NOVEMBRO/2022** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **07/11** | **3ª FEIRA**  **08/11** | **4ª FEIRA**  **09/11** | **5ª FEIRA**  **10/11** | **6ª FEIRA**  **11/11** |
| **Lanche da manhã**  **09:25hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com frango  Alface | Melancia  Bolo de cenoura | Arroz  Feijão preto  Carne moída  com cenoura | Panqueca com carne e cenoura  Banana | 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** |
| 283kcal | 45,2g | 8,2g | 7,6g |
| 64% | 11,6% | 24,4% |
| **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) | | | | | |
| **NOVEMBRO/2022** | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **14/11** | **3ª FEIRA**  **15/11** | **4ª FEIRA**  **16/11** | **5ª FEIRA**  **17/11** | **6ª FEIRA**  **18/11** |
| **Lanche da manhã**  **09:25hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Feriado | Suco de laranja  Mini pizza de frango  Melão | Arroz  Frango assado  Tomate  Maçã | 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** |
| 279,7 Kcal | 44,4g | 8,1g | 7,6g |
| 63,6% | 11,7% | 24,7% |
| **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) | | | | | |
| **NOVEMBRO/2022** | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **21/11** | **3ª FEIRA**  **22/11** | **4ª FEIRA**  **23/11** | **5ª FEIRA**  **24/11** | **6ª FEIRA**  **25/11** |
| **Lanche da manhã**  **09:25hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Iogurte  Biscoito salgado  Banana | Arroz – feijão  Ovo  Beterraba | Lasanha com carne, cenoura, tomate e queijo  Melancia | 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** |
| 280,2kcal | 44,8g | 8,7g | 7,3g |
| 64% | 12,5% | 23,5% |
| **Intolerantes à lactose: utilizar o leite zero lactose. Catiane Zamarchi**  **CRN10: 2783** | | | | | |

