|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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) | | | | | |
| **MARÇO/2023** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **27/02** | **3ª FEIRA**  **28/02** | **4ª FEIRA**  **01/03** | **5ª FEIRA**  **02/03** | **6ª FEIRA**  **03/03** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Melancia  Bolo de cenoura | Arroz – feijão  Carne suína  Beterraba | Salada de frutas  Biscoito salgado | Suco de abacaxi  Pão 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** |
| 320,6kcal | 56g | 10g | 6g |
| 71% | 12% | 17% |
| **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) | | | | | |
| **MARÇO/2023** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **06/03** | **3ª FEIRA**  **07/03** | **4ª FEIRA**  **08/03** | **5ª FEIRA**  **09/03** | **6ª FEIRA**  **10/03** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Mandioca  Carne moída  Alface | Iogurte  Biscoito salgado  Banana | Galinhada  Chuchu com cenoura | Macarrão com frango  Repolho  Melão | Suco de uva  Pão com frango, 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** |
| 289,9kcal | 49g | 13g | 5g |
| 67% | 19% | 14% |
| **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) | | | | | |
| **MARÇO/2023** | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **13/03** | **3ª FEIRA**  **14/03** | **4ª FEIRA**  **15/03** | **5ª FEIRA**  **16/03** | **6ª FEIRA**  **17/03** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta com frango  Alface | Suco de uva  Esfira de carne  Banana | Arroz – feijão  Ovo cozido  Beterraba | Panqueca com carne moída  Melancia | Suco de morango  Pão 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** |
| 347,2kcal | 65g | 11g | 5g |
| 74% | 12% | 14% |
| **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) | | | | | |
| **MARÇO/2023** | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **20/03** | **3ª FEIRA**  **21/03** | **4ª FEIRA**  **22/03** | **5ª FEIRA**  **23/03** | **6ª FEIRA**  **24/03** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Galinhada  Alface | Leite com cacau  Pão de queijo  Banana | Macarrão com carne  Beterraba  Maçã | Polenta  Carne suína  Repolho | Suco de uva  Pão com omelete 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** |
| 307,3kcal | 44g | 13g | 9g |
| 58% | 17 % | 26% |
| **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) | | | | | |
| **MARÇO/2023** | | | | | |
| **5° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **27/03** | **3ª FEIRA**  **28/03** | **4ª FEIRA**  **29/03** | **5ª FEIRA**  **30/03** | **6ª FEIRA**  **31/03** |
| **Lanche da manhã 09:45**  **Lanche da tarde**  **15:30** | Macarrão com carne  Alface | Melancia  Torta salgada (frango, cenoura, tomate e queijo) | Arroz – feijão  Carne suína  Chuchu | Salada de frutas  Palito salgado | Suco de morango  Pão com frango, 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** |
| 282,6kcal | 48g | 10g | 6g |
| 68% | 13 % | 19% |
| **Catiane Zamarchi**  **CRN10: 2783** | | | | | |

