|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 aos 11 anos) | | | | | |
| **JULHO/2023** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **03/07** | **3ª FEIRA**  **04/07** | **4ª FEIRA**  **05/07** | **5ª FEIRA**  **06/07** | **6ª FEIRA**  **07/07** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Galinhada  Alface | Café com leite  Cuca  Banana | Mandioca  Carne suína  Repolho | Sopa de frango com cenoura, batatinha e arroz  Maçã | Chá de cidreira  Pão com carne, cenoura e tomate |
| **Almoço integral: 11:40h** | Macarrão com carne  Feijão  Repolho | Arroz  Frango assado  com batatinha  Tomate | Polenta  Frango em molho  Alface | - | Panqueca com carne  Beterraba |
| **Lanche integral:**  **09:30hs**  **15:15hs** | Chá de cidreira  Biscoito caseiro  Melão | Café com leite  Cuca  Banana | Torta de bolacha  Maçã | - | Chá de cidreira  Pão com carne, cenoura e tomate |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 328kcal | 54g | 12,3g | 7g |
| 66% | 15% | 19% |
| **Integral** | | 991kcal | 163g | 35g | 22g |
|  | |  | 66% | 14% | 20% |
| **Catiane Zamarchi**  **CRN10: 2783** | | | | | |

Obs: Para os alunos com intolerância à lactose fazer a substituição do leite integral pelo zero lactose.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 aos 11 anos) | | | | | |
| **JULHO/2023** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **10/07** | **3ª FEIRA**  **11/07** | **4ª FEIRA**  **12/07** | **5ª FEIRA**  **13/07** | **6ª FEIRA**  **14/07** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Leite com cacau  Pão de queijo  Banana | Arroz – feijoada (carne suína)  Beterraba | Sopa de frango com cenoura, beterraba e massa  Melão | Chá de hortelã  Pão com frango, cenoura e tomate |
| **Almoço integral: 11:40h** | Macarrão com frango  Repolho | Mandioca  Carne suína  Alface | Sopa de frango com cenoura, batatinha e agnholine | - | Lasanha com frango, cenoura e queijo  Beterraba |
| **Lanche integral:**  **09:30hs**  **15:15hs** | Café com leite  Palito salgado  Banana | Leite com cacau  Pão de queijo  Banana | Melão  Bolo de fubá | - | Chá de hortelã  Pão com frango, cenoura e tomate |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 337kcal | 55g | 13,5g | 7,1g |
| 65% | 16% | 19% |
| **Integral** | | 1004kcal | 165g | 35g | 22g |
|  | |  | 66% | 14% | 20% |
| **Catiane Zamarchi**  **CRN10: 2783** | | | | | |

Obs: Para os alunos com intolerância à lactose fazer a substituição do leite integral pelo zero lactose.