|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE - SC**  **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  **CEI PINGO DE GENTE** | | | | | | | | | | | | | |
| **CARDÁPIO - CRECHE FAIXA ETÁRIA** *(01 - 3 anos)*  **PERÍODO** (*parcial/integral)* | | | | | | | | | | | | | |
| **JULHO/2023** | | | | | | | | | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **03/07** | | **3ª FEIRA**  **04/07** | | | **4ª FEIRA**  **05/07** | | | **5ª FEIRA**  **06/07** | | | **6ª FEIRA**  **07/07** | |
| **Café da manhã**  **08:15hs** | Leite – Pão com ovo  Manga | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Biscoito salgado  Banana | | | Leite – Polenta com queijo  Manga | | | Leite – Pão com ovo  Melão | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Galinhada  Alface | | Polenta  Frango em molho  Beterraba | | | Arroz  Carne suína assada  Repolho | | | Sopa de frango com cenoura, batatinha e arroz | | | Macarrão com carne  Alface | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Melão/ Manga | | Banana/Manga | | | Melão/ Banana | | | Banana /Maçã | | | Banana/ Laranja | |
| **Janta**  **16:00hs** | Galinhada  Alface | | Polenta  Frango em molho  Beterraba | | | Arroz  Carne suína assada  Repolho | | | Sopa de frango com cenoura, batatinha e arroz | | | Macarrão com carne  Alface | |
| **Composição nutricional**  **nal (Média semanal)** | | **Energia (Kcal)** | | **CHO(g)** | **PTN(g)** | | **LPD(g)** | **Vit. A**  **(mcg)** | | **Vit. C (mg)** | **Ca**  **(mg)** | | **Fe**  **(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | | **15% a 30% do VET** |
| 799kcal | | 131g | 27,9g | | 17,7g | 387 | | 46 | 268 | | 4,0 |
| 66% | 14% | | 20% |
| Obs: Para os alunos intolerantes à lactose fazer uso do leite integral zero lactose. **Catiane Zamarchi**  **CRN10:2783** | | | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE - SC**  **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  **CEI PINGO DE GENTE** | | | | | | | | | | | | | |
| **CARDÁPIO - CRECHE FAIXA ETÁRIA** *(01 - 3 anos)*  **PERÍODO** (*parcial/integral)* | | | | | | | | | | | | | |
| **JULHO/2023** | | | | | | | | | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **10/07** | | **3ª FEIRA**  **11/07** | | | **4ª FEIRA**  **12/07** | | | **5ª FEIRA**  **13/07** | | | **6ª FEIRA**  **14/07** | |
| **Café da manhã**  **08:15hs** | Leite – Pão com ovo  Manga | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Biscoito salgado  Banana | | | Leite – Polenta com queijo  Manga | | | Leite – Pão com ovo  Melão | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Polenta  Carne suína  Alface | | Panqueca com carne  Beterraba  Sopa legumes e arroz (bebês) | | | Arroz – feijoada (carne suína)  Beterraba | | | Sopa de frango com cenoura, beterraba e massa  Mamão | | | Macarrão com frango  Repolho | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Melão/ Manga | | Banana/Manga | | | Melão/ Banana | | | Banana /Maçã | | | Banana/ Laranja | |
| **Janta**  **16:00hs** | Polenta  Carne suína  Alface | | Panqueca com carne  Beterraba  Sopa legumes e arroz (bebês) | | | Arroz – feijoada (carne suína)  Beterraba | | | Sopa de frango com cenoura, beterraba e massa  Mamão | | | Macarrão com frango  Repolho | |
| **Composição nutricional**  **nal (Média semanal)** | | **Energia (Kcal)** | | **CHO(g)** | **PTN(g)** | | **LPD(g)** | **Vit. A**  **(mcg)** | | **Vit. C (mg)** | **Ca**  **(mg)** | | **Fe**  **(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | | **15% a 30% do VET** |
| 809kcal | | 135g | 30g | | 16g | 409 | | 91 | 276 | | 3,9 |
| 67% | 15% | | 18% |
| Obs: Para os alunos intolerantes à lactose fazer uso do leite integral zero lactose. **Catiane Zamarchi**  **CRN10:2783** | | | | | | | | | | | | | |