|  |
| --- |
| **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)* |
| **SETEMBRO/2023** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA****04/09** | **3ª FEIRA****05/09** | **4ª FEIRA****06/09** | **5ª FEIRA****07/09** | **6ª FEIRA****08/09** |
| **Café da manhã** **08:15hs** | Leite – Pão com ovoManga | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Pão com ovoMaçã  | FERIADO | Leite – Biscoito salgado Melão |
| **Almoço** **10:45hs** | Polenta com carneAlface  | Macarrão com frangoTomate  | Sopa de frango com cenoura, batatinha e arrozMaçã  |  FERIADO  | Arroz - feijão Carne suínaRepolho  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Manga  | Banana/Manga  | Melão/ Banana  | - | Banana/ Laranja  |
| **Janta** **16:00hs** | Polenta com carneAlface  | Macarrão com frangoTomate  | Sopa de frango com cenoura, batatinha e arrozMaçã  |  FERIADO  | Arroz - feijão Carne suínaRepolho  |
|  **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** |
| 796kcal | 129g | 27,8g | 18,5g | 383 | 45 | 254 | 3,6 |
| 65% | 14% | 21% |
| 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)* |
| **SETEMBRO/2023** |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA****11/09** | **3ª FEIRA****12/09** | **4ª FEIRA****13/09** | **5ª FEIRA****14/09** | **6ª FEIRA****15/09** |
| **Café da manhã** **08:15hs** | Leite – Pão com ovoManga | Leite – Biscoito salgadoBanana  | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Pão Manga  | Leite – Pão com ovoMelão  |
| **Almoço** **10:45hs** | Massa Carne suína Alface  | Polenta Frango em molhoBeterraba  |  Arroz – FeijãoFarofa com cenoura e carne suína  | Sopa de frango com massa, batatinha e cenouraMaçã  | Galinhada Repolho  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Manga  | Banana/Manga  | Melão/ Banana  | Banana /Maçã  | Banana/ Laranja  |
| **Janta** **16:00hs** | Massa Carne suína Alface  | Polenta Frango em molhoBeterraba  |  Arroz – FeijãoFarofa com cenoura e carne suína  | Sopa de frango com massa, batatinha e cenouraMaçã  | Galinhada 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** |
| 807kcal | 133g | 28g | 18g | 411 | 90 | 274 | 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)* |
| **SETEMBRO/2023** |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA****18/09** | **3ª FEIRA****19/09** | **4ª FEIRA****20/09** | **5ª FEIRA****21/09** | **6ª FEIRA****22/09** |
| **Café da manhã** **08:15hs** | Leite – Pão com ovoManga | Leite – Biscoito salgado Banana  | Leite – Pão com ovoMelão | Leite – Polenta com queijo Maçã  | Leite – Pão com ovoMamão |
| **Almoço** **10:45hs** | Galinhada Alface  | Arroz – batatinhaFrango assado Repolho  | Polenta com carne suína Tomate | Caldo de feijão com carne suína e massa | Macarrão com frangoBeterraba  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Manga  | Banana/Manga  | Melão/ Banana  | Banana /Maçã  | Banana/ Laranja  |
| **Janta** **16:00hs** | Galinhada Alface  | Arroz – batatinhaFrango assado Repolho  | Polenta com carne suína Tomate | Caldo de feijão com carne suína e massa | Macarrão com frangoBeterraba  |
|  **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** |
| 941kcal | 150g | 33g | 23g | 624 | 114 | 237 | 5,2 |
| 64% | 14% | 22% |
| 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)* |
| **SETEMBRO/2023** |
| **4° SEMANA**  | **2ª FEIRA****25/09** | **3ª FEIRA****26/09** | **4ª FEIRA****27/09** | **5ª FEIRA****28/09** | **6ª FEIRA****29/09** |
| **Café da manhã** **08:15hs** | Leite – Pão com ovoManga | Leite – Biscoito salgado Banana  | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Pão com ovoMelão | Leite – Pão com ovoMelão  |
| **Almoço** **10:45hs** | Macarrão com carne Alface  | Polenta com frango Tomate  | Arroz – feijãoCarne suína e cenoura | Galinhada Batatinha em molhoRepolho  | Panqueca com carneBeterraba Sopa de legumes (bebês) |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Manga  | Banana/Manga  | Melão/ Banana  | Banana /Maçã  | Banana/ Laranja  |
| **Janta** **16:00hs** | Macarrão com carne Alface  | Polenta com frango Tomate  | Arroz – feijãoCarne suína e cenoura | Galinhada Batatinha em molhoRepolho  | Panqueca com carneBeterraba Sopa de legumes (bebês) |
|  **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** |
| 908kcal | 147g | 29,5g | 22g | 420 | 149 | 234 | 4,7 |
| 65% | 13% | 22% |
|  Obs: Para os alunos intolerantes à lactose fazer uso do leite integral zero lactose. **Catiane Zamarchi**  **CRN10:2783** |