|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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) | | | | | |
| **OUTUBRO/2023** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **02/10** | **3ª FEIRA**  **03/10** | **4ª FEIRA**  **04/10** | **5ª FEIRA**  **05/10** | **6ª FEIRA**  **06/10** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Suco de uva  Torta salgada (carne, cenoura, temperos verdes e queijo)  Melão | Galinhada  Repolho | Salada de frutas (banana, maçã, manga, morango e mamão)  Palito salgado | Suco de morango  Pão com carne, cenoura e tomate |
| **Almoço integral: 11:40h** | Macarrão com frango  Repolho | - | Mandioca  Costelinha suína  Tomate | - | Panqueca com carne  Tomate |
| **Lanche integral:**  **09:30hs**  **15:15hs** | Café com leite  Grostoli  Banana | - | Salada de frutas  Biscoito salgado | - | Suco de morango  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** |
| 356,5kcal | 56g | 16g | 9g |
| 62,8% | 17,9% | 22,7% |
| **Integral** | | 1,141kcal | 185g | 34g | 29g |
|  | |  | 65% | 12% | 23% |
| **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) | | | | | |
| **OUTUBRO/2023** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **09/10** | **3ª FEIRA**  **10/10** | **4ª FEIRA**  **11/10** | **5ª FEIRA**  **12/10** | **6ª FEIRA**  **13/10** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com frango  Alface | Iogurte  Biscoito salgado  Maçã | Arroz – Feijão  Farofa com cenoura e carne suína | FERIADO | - |
| **Almoço integral: 11:40h** | Arroz  Frango assado com batatinha  Tomate | - | Lasanha de carne com carne, cenoura e queijo  Repolho | - | - |
| **Lanche integral:**  **09:30hs**  **15:15hs** | Café com leite  Palito salgado  Banana | - | Suco de uva  Esfira de carne  Mamão | - | - |
| **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** |
| 363,1kcal | 58g | 17g | 7g |
| 64% | 15% | 17% |
| **Integral** | | 1073kcal | 168g | 50g | 23g |
|  | |  | 63% | 19% | 19% |
| **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 a 11 anos) | | | | | |
| **OUTUBRO/2023** | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **16/10** | **3ª FEIRA**  **17/10** | **4ª FEIRA**  **18/10** | **5ª FEIRA**  **19/10** | **6ª FEIRA**  **20/10** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Galinhada  Alface | Torta de bolacha  Maçã | Arroz  Carne suína  Repolho | Suco de morango  Pão com frango, cenoura e tomate | Salada de frutas  Esfira de carne |
| **Almoço integral: 11:40h** | Polenta  Carne suína assada  Tomate | - | Panqueca com carne  Beterraba | - | Arroz – feijão  Carne moída  Alface |
| **Lanche integral:**  **09:30hs**  **15:15hs** | Café com leite  Grostoli  Banana | - | Iogurte  Biscoito salgado  Maçã |  | Suco de uva  Pão com presunto e queijo  Melão |
| **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** |
| 353kcal | 55g | 13g | 8g |
| 63% | 15% | 22% |
| **Integral** | | 1,139kcal | 184g | 34g | 29g |
|  | |  | 65% | 12% | 23% |
| **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 a 11 anos) | | | | | |
| |  | | --- | | **OUTUBRO/2023** | | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **23/10** | **3ª FEIRA**  **24/10** | **4ª FEIRA**  **25/10** | **5ª FEIRA**  **26/10** | **6ª FEIRA**  **27/10** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com carne  Alface | Café com leite  Cuca  Banana | Arroz – feijão  Farofa com carne suína e cenoura | Sopa de frango, batatinha, cenoura e arroz  Melão | Suco de uva  Pão com ovo |
| **Almoço integral: 11:40h** | Arroz  Carne suína  Repolho | - | Lasanha com carne, cenoura e queijo  Beterraba | - | Arroz – feijão  Omelete  Repolho |
| **Lanche integral:**  **09:30hs**  **15:15hs** | Café de leite  Biscoito caseiro  Banana | - | Creme com cacau  Biscoito salgado  Melão | - | Suco de uva  Pão com ovo |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** |  | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 335kcal | 58g | 12g | 7g |
| 68% | 14% | 18% |
| **Integral** | | 996kcal | 168g | 36g | 21g |
|  | |  | 66% | 15% | 19% |
| **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 a 11 anos) | | | | | |
| |  | | --- | | **OUTUBRO/2023** | | | | | | |
| **5° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **30/10** | **3ª FEIRA**  **31/10** | **4ª FEIRA**  **01/11** | **5ª FEIRA**  **02/11** | **6ª FEIRA**  **03/11** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Carne suína  Alface | Suco de morango  Bolo de fubá  Melão | Arroz – batatinha  Frango assado  Tomate | FERIADO | - |
| **Almoço integral: 11:40h** | Galinhada  Tomate | - | Macarrão com carne  Beterraba | - | - |
| **Lanche integral:**  **09:30hs**  **15:15hs** | Suco de uva  Pão com presunto e queijo  Mamão | - | Salada de frutas  Biscoito salgado | - | - |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** |  | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 348kcal | 55g | 11g | 8g |
| 63% | 13% | 24% |
| **Integral** | | 986kcal | 157g | 29g | 26g |
|  | |  | 64% | 12% | 24% |
| **Catiane Zamarchi**  **CRN10: 2783** | | | | | |