|  |
| --- |
| **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 uvaTorta salgada (carne, cenoura, temperos verdes e queijo)Melão  | Galinhada Repolho  | Salada de frutas (banana, maçã, manga, morango e mamão)Palito salgado  | Suco de morangoPão com carne, cenoura e tomate  |
| **Almoço integral: 11:40h** | Macarrão com frango Repolho  | -  | Mandioca Costelinha suína Tomate  | - | Panqueca com carneTomate  |
| **Lanche integral:****09:30hs****15:15hs** | Café com leiteGrostoliBanana  | - | Salada de frutasBiscoito salgado  |  - | Suco de morangoPão 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 frangoAlface  | IogurteBiscoito salgadoMaçã  |  Arroz – FeijãoFarofa com cenoura e carne suína  | FERIADO | - |
| **Almoço integral: 11:40h** |  Arroz Frango assado com batatinhaTomate | - | Lasanha de carne com carne, cenoura e queijo Repolho  | -  | - |
| **Lanche integral:****09:30hs****15:15hs** | Café com leitePalito salgadoBanana  | -  | Suco de uvaEsfira de carneMamão  | - | - |
|  **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 bolachaMaçã  | 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 – feijãoCarne moídaAlface |
| **Lanche integral:****09:30hs****15:15hs** | Café com leiteGrostoli Banana   | -  | Iogurte Biscoito salgadoMaçã  |   | Suco de uvaPão com presunto e queijoMelão  |
| **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 – feijãoFarofa com carne suína e cenoura | Sopa de frango, batatinha, cenoura e arrozMelão  | Suco de uvaPão com ovo  |
| **Almoço integral: 11:40h** |  ArrozCarne suínaRepolho  | - | Lasanha com carne, cenoura e queijoBeterraba  |  - | Arroz – feijãoOmelete Repolho  |
| **Lanche integral:****09:30hs****15:15hs** | Café de leiteBiscoito caseiroBanana  | - | Creme com cacauBiscoito salgado Melão  |  - | Suco de uvaPão 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 morangoBolo de fubáMelão  | Arroz – batatinhaFrango assadoTomate  | FERIADO | - |
| **Almoço integral: 11:40h** | Galinhada Tomate  | - | Macarrão com carne Beterraba  |  - | - |
| **Lanche integral:****09:30hs****15:15hs** | Suco de uvaPão com presunto e queijoMamão | - | Salada de frutasBiscoito 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** |