|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE**  **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  **CEI PINGO DE GENTE** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Pré escola)* **FAIXA ETÁRIA** (04 aos 05 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 |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 307kcal | 54g | 9,5g | 6g |
| 69% | 13% | 18% |
| **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**  **CEI PINGO DE GENTE** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Pré escola)* **FAIXA ETÁRIA** (04 aos 05 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 | - | Iogurte  Biscoito salgado  Maçã | Arroz – Feijão  Farofa com cenoura e carne suína | FERIADO | - |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 298kcal | 47g | 12,8g | 6,5g |
| 63% | 17% | 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**  **CEI PINGO DE GENTE** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Pré escola)* **FAIXA ETÁRIA** (04 aos 05 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 | Polenta  Carne suína  Repolho | Suco de uva  Esfira de carne  Banana | Suco de morango  Pão com frango, cenoura e tomate |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 311kcal | 51g | 12g | 6g |
| 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**  **CEI PINGO DE GENTE** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Pré escola)* **FAIXA ETÁRIA** (04 aos 05 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 |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 299kcal | 47g | 11g | 6,7g |
| 64% | 15% | 21% |  | | 10g | | 7,7g | |
| **Catiane Zamarchi**  **CRN10: 2783** | | | | | |  |  | |  | |  | | 62% | 14% | 24% |

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**  **CEI PINGO DE GENTE** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Pré escola)* **FAIXA ETÁRIA** (04 aos 05 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 | - |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 276kcal | 44g | 8g | 7,3g |
| 64% | 12% | 24% |  | | 10g | | 7,7g | |
| **Catiane Zamarchi**  **CRN10: 2783** | | | | | |  |  | |  | |  | | 62% | 14% | 24% |

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