|  |
| --- |
| **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 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  |
|  **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 frangoAlface  | IogurteBiscoito salgadoMaçã  |  Arroz – FeijãoFarofa com cenoura e carne suína  | FERIADO | -  | IogurteBiscoito salgadoMaçã  |  Arroz – FeijãoFarofa 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 bolachaMaçã  | Polenta Carne suína Repolho  | Suco de uva  Esfira de carne Banana  | Suco de morangoPão 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 – feijãoFarofa com carne suína e cenoura | Sopa de frango, batatinha, cenoura e arrozMelão  | Suco de uvaPão 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 morangoBolo de fubáMelão  | Arroz – batatinhaFrango assadoTomate  | 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.