|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)* | | | | | | | | | | | | | |
| **OUTUBRO/2023** | | | | | | | | | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **02/10** | | **3ª FEIRA**  **03/10** | | | **4ª FEIRA**  **04/10** | | | **5ª FEIRA**  **05/10** | | | **6ª FEIRA**  **06/10** | |
| **Café da manhã**  **08:15hs** | Leite – Pão com ovo  Manga | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Pão com ovo  Banana | | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Pão com ovo  Maçã | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Polenta com carne  Alface | | Macarrão com frango  Tomate | | | Galinhada  Repolho | | | Sopa de frango com massa, batatinha e cenoura | | | Arroz - feijão  Carne suína  Repolho | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Melão/ Manga | | Banana/Manga | | | Melão/ Banana | | | Banana/Melancia | | | Banana/ Laranja | |
| **Janta**  **16:00hs** | Polenta com carne  Alface | | Macarrão com frango  Tomate | | | Galinhada  Repolho | | | Sopa de frango com massa, batatinha e cenoura | | | Arroz - feijão  Carne suína  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** |
| 804kcal | | 137g | 28g | | 13,4g | 412 | | 88 | 262 | | 3,9 |
| 68% | 14% | | 18% |
| 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)* | | | | | | | | | | | | | |
| **OUTUBRO/2023** | | | | | | | | | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **09/10** | | **3ª FEIRA**  **10/10** | | | **4ª FEIRA**  **11/10** | | | **5ª FEIRA**  **12/10** | | | **6ª FEIRA**  **13/10** | |
| **Café da manhã**  **08:15hs** | Leite – Pão com ovo  Manga | | Leite – Biscoito salgado  Banana | | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Pão com ovo  Melão | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Macarrão com frango  Alface | | Polenta  Frango em molho  Beterraba | | | Arroz – Feijão  Carne suína e cenoura | | | Sopa de feijão com arroz  Panqueca com carne  Beterraba | | | Galinhada  Repolho | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Melão/ Manga | | Banana/Melancia | | | Melão/ Banana | | | Banana /Maçã | | | Banana/ Laranja | |
| **Janta**  **16:00hs** | Macarrão com frango  Alface | | Polenta  Frango em molho  Beterraba | | | Arroz – Feijão  Carne suína e cenoura | | | Sopa de feijão com arroz  Panqueca com carne  Beterraba | | | 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** |
| 796kcal | | 135g | 29g | | 15g | 412 | | 96 | 26 | | 4,2 |
| 68% | 15% | | 17% |
| 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)* | | | | | | | | | | | | |
| **OUTUBRO/2023** | | | | | | | | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **16/10** | | **3ª FEIRA**  **17/10** | | | **4ª FEIRA**  **18/10** | | **5ª FEIRA**  **19/10** | | | **6ª FEIRA**  **20/10** | |
| **Café da manhã**  **08:15hs** | Leite – Pão com ovo  Manga | | Leite – Biscoito salgado  Banana | | | Leite – Pão com ovo  Melão | | Leite – Polenta com queijo  Maçã | | | Leite – Pão com ovo  Mamão | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Galinhada  Alface | | Arroz – batatinha  Frango assado  Repolho | | | Polenta com carne suína  Tomate | | Arroz- feijão  Ovo cozido  Beterraba | | | Macarrão com frango  Alface | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Melão/ Manga | | Banana/Melancia | | | Melão/ Banana | | Banana /Maçã | | | Banana/ Laranja | |
| **Janta**  **16:00hs** | Galinhada  Alface | | Arroz – batatinha  Frango assado  Repolho | | | Polenta com carne suína  Tomate | | Arroz- feijão  Ovo cozido  Beterraba | | | Macarrão com frango  Alface | |
| **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** | |
| 938kcal | | 151g | 33g | | 23g | | 620 | 116 | 236 | 5,1 |
| 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)* | | | | | | | | | | | | | |
| **OUTUBRO/2023** | | | | | | | | | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **23/10** | | **3ª FEIRA**  **24/10** | | | **4ª FEIRA**  **25/10** | | | **5ª FEIRA**  **26/10** | | | **6ª FEIRA**  **27/10** | |
| **Café da manhã**  **08:15hs** | Leite – Pão com ovo  Manga | | Leite – Biscoito salgado  Banana | | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Pão com ovo  Melão | | | Leite – Pão com ovo  Melão | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Macarrão com carne  Alface | | Polenta com frango  Tomate | | | Arroz – feijão  Carne suína e cenoura | | | Arroz – batatinha  Carne moída | | | Sopa de feijão com arroz  Panqueca com carne e cenoura | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Melão/ Manga | | Banana/Morango | | | Melão/ Banana | | | Banana /Maçã | | | Banana/ Laranja | |
| **Janta**  **16:00hs** | Macarrão com carne  Alface | | Polenta com frango  Tomate | | | Arroz – feijão  Carne suína e cenoura | | | Arroz – batatinha  Carne moída | | | Sopa de feijão com arroz  Panqueca com carne e cenoura | |
| **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** |
| 825kcal | | 138g | 28,8g | | 17,4g | 414 | | 143 | 231 | | 4,7 |
| 67% | 14% | | 19% |
| 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)* | | | | | | | | | | | | | |
| **OUTUBRO/2023** | | | | | | | | | | | | | |
| **5° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **30/10** | | **3ª FEIRA**  **31/10** | | | **4ª FEIRA**  **01/11** | | | **5ª FEIRA**  **02/11** | | | **6ª FEIRA**  **03/11** | |
| **Café da manhã**  **08:15hs** | Leite – Pão com ovo  Manga | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Pão com ovo  Banana | | | Feriado | | | - | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Polenta  Carne suína  Alface | | Macarrão com carne  Feijão  Alface | | | Arroz – batatinha  Frango assado  Tomate | | | - | | |  | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Melão/ Manga | | Banana/Morango | | | Melão/ Banana | | | - | | |  | |
| **Janta**  **16:00hs** | Polenta  Carne suína  Alface | | Macarrão com carne  Feijão  Alface | | | Arroz – batatinha  Frango assado  Tomate | | | - | | |  | |
| **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** |
| 825kcal | | 138g | 28,8g | | 17,4g | 414 | | 143 | 231 | | 4,7 |
| 67% | 14% | | 19% |
| Obs: Para os alunos intolerantes à lactose fazer uso do leite integral zero lactose. **Catiane Zamarchi**  **CRN10:2783** | | | | | | | | | | | | | |