|  |
| --- |
| **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 ovoManga | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Pão com ovoBanana  | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Pão com ovoMaçã |
| **Almoço** **10:45hs** | Polenta com carneAlface  | Macarrão com frangoTomate  | Galinhada Repolho  | Sopa de frango com massa, batatinha e cenoura  | Arroz - feijão Carne suínaRepolho  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Manga  | Banana/Manga  | Melão/ Banana  | Banana/Melancia  | Banana/ Laranja  |
| **Janta** **16:00hs** | Polenta com carneAlface  | Macarrão com frangoTomate  | Galinhada Repolho  | Sopa de frango com massa, batatinha e cenoura  | Arroz - feijão Carne suínaRepolho  |
|  **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 ovoManga | Leite – Biscoito salgadoBanana  | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Pão com ovoMelão  |
| **Almoço** **10:45hs** | Macarrão com frangoAlface | Polenta Frango em molhoBeterraba  |  Arroz – FeijãoCarne suína e cenoura | Sopa de feijão com arrozPanqueca com carneBeterraba  | Galinhada Repolho  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Manga  | Banana/Melancia | Melão/ Banana  | Banana /Maçã  | Banana/ Laranja  |
| **Janta** **16:00hs** | Macarrão com frangoAlface | Polenta Frango em molhoBeterraba  |  Arroz – FeijãoCarne suína e cenoura | Sopa de feijão com arrozPanqueca com carneBeterraba  | 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 ovoManga | Leite – Biscoito salgado Banana  | Leite – Pão com ovoMelão | Leite – Polenta com queijo Maçã  | Leite – Pão com ovoMamão |
| **Almoço** **10:45hs** | Galinhada Alface  | Arroz – batatinhaFrango assado Repolho  | Polenta com carne suína Tomate | Arroz- feijãoOvo cozidoBeterraba  | Macarrão com frangoAlface  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Manga  | Banana/Melancia | Melão/ Banana  | Banana /Maçã  | Banana/ Laranja  |
| **Janta** **16:00hs** | Galinhada Alface  | Arroz – batatinhaFrango assado Repolho  | Polenta com carne suína Tomate | Arroz- feijãoOvo cozidoBeterraba  | Macarrão com frangoAlface  |
|  **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 ovoManga | Leite – Biscoito salgado Banana  | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Pão com ovoMelão | Leite – Pão com ovoMelão  |
| **Almoço** **10:45hs** | Macarrão com carne Alface  | Polenta com frango Tomate | Arroz – feijãoCarne suína e cenoura | Arroz – batatinhaCarne moída  | Sopa de feijão com arrozPanqueca 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 – feijãoCarne suína e cenoura | Arroz – batatinhaCarne moída  | Sopa de feijão com arrozPanqueca 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 ovoManga | Leite – Polenta com queijo Melão  | Leite – Pão com ovoBanana  | Feriado  | - |
| **Almoço** **10:45hs** | PolentaCarne suína Alface  | Macarrão com carne FeijãoAlface  | Arroz – batatinhaFrango assadoTomate | - |  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Manga  | Banana/Morango | Melão/ Banana  | - |  |
| **Janta** **16:00hs** | PolentaCarne suína Alface  | Macarrão com carne FeijãoAlface  | Arroz – batatinhaFrango assadoTomate | - |  |
|  **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** |