|  |
| --- |
| **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) |
| **DEZEMBRO/2023** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA****04/12** | **3ª FEIRA****05/12** | **4ª FEIRA****06/12** | **5ª FEIRA****07/12** | **6ª FEIRA****08/12** |
| **Lanche da manhã** **09:45hs****Lanche da tarde****15:30hs** | ArrozCarne suína assadaAlface  | MelanciaBolo de cenoura  | Macarrão com frangoRepolho  | IogurtePão de queijoMaçã | Suco de uva Pão com carne, cenoura e tomate  |
| **Almoço integral: 11:40h** | Macarrão com frango Repolho  | Galinhada Alface  | Arroz – feijãoOvo cozidoBeterraba  | - | Mandioca Costelinha suína Tomate  |
| **Lanche integral:****09:30hs****15:15hs** | Leite com cacauCuca Banana  | - | Suco uvaSanduiche com presunto e queijoMelão  |  - | 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** |
| 363,1kcal | 58g  | 17g  | 7g  |
| 64% | 15% | 17% |
| **Integral** | 1073kcal | 168g | 37,5g | 27g |
|  |  | 63% | 14% | 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) |
| **DEZEMBRO/2023** |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA****11/12** | **3ª FEIRA****12/12** | **4ª FEIRA****13/12** | **5ª FEIRA****14/12** | **6ª FEIRA****15/12** |
| **Lanche da manhã** **09:45hs****Lanche da tarde****15:30hs** | PolentaCarne moída Alface  |  Salada de frutas Palito salgado | Arroz – FeijãoFarofa com cenoura e carne moída  |  Bolo de cacauMelancia Esfira  | Suco de uva Pão com frango, cenoura e tomate  |
| **Almoço integral: 11:40h** |  Arroz Frango assado com batatinhaTomate | PolentaCarne moída Beterraba  | Macarrão com frangoTomate  | -  | Lasanha com carne, cenoura e queijo Repolho  |
| **Lanche integral:****09:30hs****15:15hs** | Café com leiteBiscoito caseiroBanana  | -  | Suco abacaxiSanduiche com presunto e queijo | - | Suco de uva Pão com frango, 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** |
| 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.