|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | Arroz  Carne suína assada  Alface | Melancia  Bolo de cenoura | Macarrão com frango  Repolho | Iogurte  Pão de queijo  Maçã | Suco de uva  Pão com carne, cenoura e tomate |
| **Almoço integral: 11:40h** | Macarrão com frango  Repolho | Galinhada  Alface | Arroz – feijão  Ovo cozido  Beterraba | - | Mandioca  Costelinha suína  Tomate |
| **Lanche integral:**  **09:30hs**  **15:15hs** | Leite com cacau  Cuca  Banana | - | Suco uva  Sanduiche com presunto e queijo  Melão | - | Suco de morango  Pão 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** | Polenta  Carne moída  Alface | Salada de frutas  Palito salgado | Arroz – Feijão  Farofa com cenoura e carne moída | Bolo de cacau  Melancia  Esfira | Suco de uva  Pão com frango, cenoura e tomate |
| **Almoço integral: 11:40h** | Arroz  Frango assado com batatinha  Tomate | Polenta  Carne moída  Beterraba | Macarrão com frango  Tomate | - | Lasanha com carne, cenoura e queijo  Repolho |
| **Lanche integral:**  **09:30hs**  **15:15hs** | Café com leite  Biscoito caseiro  Banana | - | Suco abacaxi  Sanduiche 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.