|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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) | | | | | |
| **NOVEMBRO/2023** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **06/11** | **3ª FEIRA**  **07/11** | **4ª FEIRA**  **08/11** | **5ª FEIRA**  **09/11** | **6ª FEIRA**  **10/11** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Arroz  Carne moída com batatinha  Alface | Suco de uva  Esfira de frango  Melão | Polenta  Carne suína assada  Repolho | Melancia  Bolo de cenoura | Suco de morango  Pão com carne, cenoura e tomate |
| **Almoço integral: 11:40h** | Macarrão com frango  Repolho | Panqueca com carne moída  Alface | Arroz – feijão  Ovo cozido  Beterraba | - | Mandioca  Costelinha suína  Tomate |
| **Lanche integral:**  **09:30hs**  **15:15hs** | Café com leite  Cuca  Banana | - | Leite achocolatado  Palito salgado  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** |
| 340,2kcal | 53g | 10.5g | 8.8g |
| 63% | 12,8% | 24,2% |
| **Integral** | | 1,001kcal | 160g | 30g | 26,6g |
|  | |  | 64% | 12% | 24% |
| **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) | | | | | |
| **NOVEMBRO/2023** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **13/11** | **3ª FEIRA**  **14/11** | **4ª FEIRA**  **15/11** | **5ª FEIRA**  **16/11** | **6ª FEIRA**  **17/11** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com frango  Alface | Iogurte  Biscoito salgado  Maçã | FERIADO | Arroz – Feijão  Farofa com cenoura e carne suína  Melão | Suco de uva  Pão com frango, cenoura e tomate |
| **Almoço integral: 11:40h** | Arroz  Frango assado com batatinha  Tomate | Galinhada  Beterraba | - | - | Lasanha de carne com carne, cenoura e queijo  Repolho |
| **Lanche integral:**  **09:30hs**  **15:15hs** | Café com leite  Biscoito caseiro  Banana | - | - | - | 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** |
| 338kcal | 52,8g | 11,3g | 9g |
| 62,6% | 13,4% | 24% |
| **Integral** | | 994kcal | 156g | 37g | 25g |
|  | |  | 63% | 15% | 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 a 11 anos) | | | | | |
| **NOVEMBRO/2023** | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **20/11** | **3ª FEIRA**  **21/11** | **4ª FEIRA**  **22/11** | **5ª FEIRA**  **23/11** | **6ª FEIRA**  **24/11** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Galinhada  Alface | Melancia  Torta salgada (frango, cenoura, cebola e queijo) | Polenta  Carne suína  Repolho | Torta de bolacha  Maçã | Suco de morango  Pão com presunto e queijo |
| **Almoço integral: 11:40h** | Polenta  Carne suína assada  Tomate | Mandioca  Carne suína  Alface | Panqueca com carne  Beterraba | - | Arroz – feijão  Carne moída  Alface |
| **Lanche integral:**  **09:30hs**  **15:15hs** | Café com leite  Grostoli  Banana | - | Iogurte  Biscoito salgado  Maçã |  | Suco de morango  Pão com presunto e queijo |
| **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** |
| 329,5kcal | 52,8g | 10,4g | 8,4g |
| 64,2% | 12,7% | 23,1% |
| **Integral** | | 1,104kcal | 176g | 35g | 28g |
|  | |  | 64% | 13% | 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 a 11 anos) | | | | | |
| |  | | --- | | **NOVEMBRO/2023** | | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **27/11** | **3ª FEIRA**  **28/11** | **4ª FEIRA**  **29/11** | **5ª FEIRA**  **30/11** | **6ª FEIRA**  **01/12** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com  carne  Alface | Leite com cacau  Pão de queijo  Banana | Arroz – feijão  Farofa com carne suína e cenoura | Salada de frutas  Palito salgado | Suco de uva  Pão com ovo |
| **Almoço integral: 11:40h** | Arroz  Carne suína  Repolho | Galinhada  Alface | Lasanha com carne, cenoura e queijo  Beterraba | - | Arroz – feijão  Omelete  Repolho |
| **Lanche integral:**  **09:30hs**  **15:15hs** | Café de leite  Biscoito caseiro  Banana | - | Creme com cacau  Biscoito salgado  Melão | - | Suco de uva  Pão com ovo |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** |  | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 336,1kcal | 51,9g | 11,6g | 9g |
| 61,8% | 13,9% | 24,3% |
| **Integral** | | 1062kcal | 164g | 37g | 28,3g |
|  | |  | 62% | 14% | 24% |
| **Catiane Zamarchi**  **CRN10: 2783** | | | | | |

Obs: Para os alunos com intolerância à lactose fazer a substituição do leite integral pelo zero lactose.