|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE****PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CEI PINGO DE GENTE** |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Pré escola)* **FAIXA ETÁRIA** (04 aos 05 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** | ArrozCarne moída com batatinhaAlface  |  Suco de uvaEsfira de frangoMelão  | Polenta Carne suína assada Repolho  | Melancia Bolo de cenoura | Suco de morangoPão com carne, cenoura e tomate  |
|  **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 314kcal | 52g  | 10g  | 7,3g  |
| 66% | 13% | 21% |
| **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****CEI PINGO DE GENTE** |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Pré escola)* **FAIXA ETÁRIA** (04 aos 05 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 frangoAlface  | IogurteBiscoito salgadoMaçã  |  FERIADO | Arroz – FeijãoFarofa com cenoura e carne suína Melão  | Suco de uva Pão com frango, cenoura e tomate  | IogurteBiscoito salgado |  Arroz – FeijãoFarofa com cenoura e carne suína  | FERIADO | - |
|  **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 302kcal | 47g  | 10,6g  | 7,7g  |
| 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****CEI PINGO DE GENTE** |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Pré escola)* **FAIXA ETÁRIA** (04 aos 05 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)  | PolentaCarne suína Repolho  | Leite com cacauBiscoito doceMaçã  | Suco de morango Pão com presunto e queijo |
|  **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 318kcal | 51,6g  | 10,3g  | 7,7g  |
| 65% | 13% | 22% |
| **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****CEI PINGO DE GENTE** |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Pré escola)* **FAIXA ETÁRIA** (04 aos 05 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 carneAlface  | Leite com cacauPão de queijo Banana | Arroz – feijãoFarofa com carne suína e cenoura | Salada de frutas Palito salgado  | Suco de uvaPão com ovo  |
|  **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 308kcal | 48,5g  | 10g  | 8,2g  |
| 63% | 13% | 24% |   | 10g  | 7,7g  |
| **Catiane Zamarchi****CRN10: 2783** |  |  |  |  | 62% | 14% | 24% |

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