|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | 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 |
| **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 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 | Iogurte  Biscoito salgado | Arroz – Feijão  Farofa 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) | Polenta  Carne suína  Repolho | Leite com cacau  Biscoito doce  Maçã | 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  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 |
| **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.