|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE - SC**  **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  **CEI PINGO DE GENTE** | | | | | | | | | | | | | |
| **CARDÁPIO - CRECHE FAIXA ETÁRIA** *(01 - 3 anos)*  **PERÍODO** (*parcial/integral)* | | | | | | | | | | | | | |
| **DEZEMBRO/2023** | | | | | | | | | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **04/12** | | **3ª FEIRA**  **05/12** | | | **4ª FEIRA**  **06/12** | | | **5ª FEIRA**  **07/12** | | | **6ª FEIRA**  **08/12** | |
| **Café da manhã**  **08:15hs** | Leite – Pão com ovo  Manga | | Leite – Pão com ovo  Banana | | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Pão com ovo  Maçã | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Arroz  Carne suína  Alface | | Polenta  Carne moída  Tomate | | | Macarrão com frango  Repolho | | | Arroz- feijão  Carne moída  Alface | | | Galinhada  Tomate | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Melão/ Manga | | Banana/Melancia | | | Melão/ Banana | | | Banana/Melancia | | | Banana/ Laranja | |
| **Janta**  **16:00hs** | Arroz  Carne suína  Alface | | Polenta  Carne moída  Tomate | | | Macarrão com frango  Repolho | | | Arroz- feijão  Carne moída  Alface | | | Galinhada  Tomate | |
| **Composição nutricional**  **nal (Média semanal)** | | **Energia (Kcal)** | | **CHO(g)** | **PTN(g)** | | **LPD(g)** | **Vit. A**  **(mcg)** | | **Vit. C (mg)** | **Ca**  **(mg)** | | **Fe**  **(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | | **15% a 30% do VET** |
| 830kcal | | 136g | 29g | | 18,4g | 391 | | 99 | 232 | | 4 |
| 64% | 14% | | 24% |
| Obs: Para os alunos intolerantes à lactose fazer uso do leite integral zero lactose. **Catiane Zamarchi**  **CRN10:2783** | | | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE - SC**  **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  **CEI PINGO DE GENTE** | | | | | | | | | | | | | |
| **CARDÁPIO - CRECHE FAIXA ETÁRIA** *(01 - 3 anos)*  **PERÍODO** (*parcial/integral)* | | | | | | | | | | | | | |
| **DEZEMBRO/2023** | | | | | | | | | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **11/12** | | **3ª FEIRA**  **12/12** | | | **4ª FEIRA**  **13/12** | | | **5ª FEIRA**  **14/12** | | | **6ª FEIRA**  **15/12** | |
| **Café da manhã**  **08:15hs** | Leite – Pão com ovo  Manga | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Biscoito salgado  Banana | | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Pão com ovo  Melão | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Polenta  Carne moída  Alface | | Panqueca com carne  Beterraba | | | Arroz – Feijão  Farofa com cenoura e carne moída | | | Macarrão com frango  Tomate | | | Galinhada  Alface | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Melão/ Manga | | Banana/Melancia | | | Maçã/ Banana | | | Banana /Maçã | | | Banana/ Laranja | |
| **Janta**  **16:00hs** | Polenta  Carne moída  Alface | | Panqueca com carne  Beterraba | | | Arroz – Feijão  Farofa com cenoura e carne moída | | | Macarrão com frango  Tomate | | | Galinhada  Alface | |
| **Composição nutricional**  **nal (Média semanal)** | | **Energia (Kcal)** | | **CHO(g)** | **PTN(g)** | | **LPD(g)** | **Vit. A**  **(mcg)** | | **Vit. C (mg)** | **Ca**  **(mg)** | | **Fe**  **(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | | **15% a 30% do VET** |
| 804kcal | | 126g | 28g | | 20g | 412 | | 104 | 274 | | 4,2 |
| 63% | 14% | | 23% |
| Obs: Para os alunos intolerantes à lactose fazer uso do leite integral zero lactose. **Catiane Zamarchi**  **CRN10:2783** | | | | | | | | | | | | | |