|  |
| --- |
| **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 ovoManga | Leite – Pão com ovoBanana  | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Pão com ovoMaçã |
| **Almoço** **10:45hs** | ArrozCarne suína Alface  | Polenta Carne moída Tomate  | Macarrão com frangoRepolho  | Arroz- feijãoCarne moída Alface  | Galinhada Tomate  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Manga  | Banana/Melancia  | Melão/ Banana  | Banana/Melancia  | Banana/ Laranja  |
| **Janta** **16:00hs** | ArrozCarne suína Alface  | Polenta Carne moída Tomate  | Macarrão com frangoRepolho  | Arroz- feijãoCarne 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 ovoManga | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Biscoito salgadoBanana  | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Pão com ovoMelão  |
| **Almoço** **10:45hs** | PolentaCarne moída Alface  | Panqueca com carneBeterraba  | Arroz – FeijãoFarofa 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** | PolentaCarne moída Alface  | Panqueca com carneBeterraba  | Arroz – FeijãoFarofa 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** |