|  |
| --- |
| **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)* |
| **NOVEMBRO/2023** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA****06/11** | **3ª FEIRA****07/11** | **4ª FEIRA****08/11** | **5ª FEIRA****09/11** | **6ª FEIRA****10/11** |
| **Café da manhã** **08:15hs** | Leite – Pão com ovoManga | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Pão com ovoBanana  | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Pão com ovoMaçã |
| **Almoço** **10:45hs** | ArrozCarne moída com batatinhaAlface  |  Macarrão com frangoTomate  | Polenta Carne suína assada Repolho  | Arroz - feijão Ovo cozidoBeterraba  | Galinhada Tomate  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Manga  | Banana/Morango  | Melão/ Banana  | Banana/Melancia  | Banana/ Laranja  |
| **Janta** **16:00hs** | ArrozCarne moída com batatinhaAlface  |  Macarrão com frangoTomate  | Polenta Carne suína assada Repolho  | Arroz - feijão Ovo cozidoBeterraba  | 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** |
| 811kcal | 130g | 26g | 20,7g | 416 | 92 | 266 | 3,8 |
| 64% | 13% | 23% |
| 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)* |
| **NOVEMBRO/2023** |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA****13/11** | **3ª FEIRA****14/11** | **4ª FEIRA****15/11** | **5ª FEIRA****16/11** | **6ª FEIRA****17/11** |
| **Café da manhã** **08:15hs** | Leite – Pão com ovoManga | Leite – Biscoito salgadoBanana  | - | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Pão com ovoMelão  |
| **Almoço** **10:45hs** | Macarrão com frangoAlface  | Polenta Carne moída Tomate  |  FERIADO | Arroz – FeijãoCarne suína Beterraba  | Arroz Frango assado com batatinha  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Manga  | Banana/Melancia | - | Banana /Maçã  | Banana/ Laranja  |
| **Janta** **16:00hs** | Macarrão com frangoAlface  | Polenta Carne moída Tomate  |  FERIADO | Arroz – FeijãoCarne suína Beterraba  | Arroz Frango assado com batatinha  |
|  **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** |
| 793kcal | 125g | 27,7g | 20,2g | 410 | 93 | 260 | 4,0 |
| 63% | 14% | 23% |
| 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)* |
| **NOVEMBRO/2023** |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA****20/11** | **3ª FEIRA****21/11** | **4ª FEIRA****22/11** | **5ª FEIRA****23/11** | **6ª FEIRA****24/11** |
| **Café da manhã** **08:15hs** | Leite – Pão com ovoManga | Leite – Biscoito salgado Banana  | Leite – Pão com ovoMelão | Leite – Polenta com queijo Maçã  | Leite – Pão com ovoMamão |
| **Almoço** **10:45hs** | Galinhada Alface  | Macarrão com carne Beterraba  | PolentaCarne suína Repolho  | Arroz – feijãoOvo cozidoTomate  | Arroz Batatinha em molhoFrango assado – Alface  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Manga  | Banana/Melancia | Melão/ Banana  | Banana /Maçã  | Banana/ Laranja  |
| **Janta** **16:00hs** | Galinhada Alface  | Macarrão com carne Beterraba  | PolentaCarne suína Repolho  | Arroz – feijãoOvo cozidoTomate  | Arroz Batatinha em molhoFrango assado – 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** |
| 931kcal | 149g | 32g | 22,7g | 622 | 117 | 234 | 4,3 |
| 64% | 14% | 22% |
| 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)* |
| **NOVEMBRO/2023** |
| **4° SEMANA**  | **2ª FEIRA****27/11** | **3ª FEIRA****28/11** | **4ª FEIRA****29/11** | **5ª FEIRA****30/11** | **6ª FEIRA****01/12** |
| **Café da manhã** **08:15hs** | Leite – Pão com ovoManga | Leite – Biscoito salgado Banana  | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Pão com ovoMelão | Leite – Pão com ovoMelão  |
| **Almoço** **10:45hs** | Macarrão com carne Alface  | Polenta com frango Tomate | Arroz – feijãoCarne suína e cenoura | Arroz – batatinhaCarne moída Repolho  | Panqueca com carneBeterraba Sopa de feijão (bebês)  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Manga  | Banana/Morango | Melão/ Banana  | Banana /Maçã  | Banana/ Laranja  |
| **Janta** **16:00hs** | Macarrão com carne Alface  | Polenta com frango Tomate | Arroz – feijãoCarne suína e cenoura | Arroz – batatinhaCarne moída Repolho  | Panqueca com carneBeterraba Sopa de feijão (bebês)  |
|  **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** |
| 890kcal | 144g | 28,9g | 21,7g | 424 | 152 | 242 | 4,8 |
| 65% | 13% | 22% |
|  Obs: Para os alunos intolerantes à lactose fazer uso do leite integral zero lactose. **Catiane Zamarchi**  **CRN10:2783** |