|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 ovo  Manga | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Pão com ovo  Banana | | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Pão com ovo  Maçã | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Arroz  Carne moída com batatinha  Alface | | Macarrão com frango  Tomate | | | Polenta  Carne suína assada  Repolho | | | Arroz - feijão  Ovo cozido  Beterraba | | | Galinhada  Tomate | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Melão/ Manga | | Banana/Morango | | | Melão/ Banana | | | Banana/Melancia | | | Banana/ Laranja | |
| **Janta**  **16:00hs** | Arroz  Carne moída com batatinha  Alface | | Macarrão com frango  Tomate | | | Polenta  Carne suína assada  Repolho | | | Arroz - feijão  Ovo cozido  Beterraba | | | 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 ovo  Manga | | Leite – Biscoito salgado  Banana | | | - | | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Pão com ovo  Melão | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Macarrão com frango  Alface | | Polenta  Carne moída  Tomate | | | FERIADO | | | Arroz – Feijão  Carne 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 frango  Alface | | Polenta  Carne moída  Tomate | | | FERIADO | | | Arroz – Feijão  Carne 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 ovo  Manga | | Leite – Biscoito salgado  Banana | | | Leite – Pão com ovo  Melão | | Leite – Polenta com queijo  Maçã | | | Leite – Pão com ovo  Mamão | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Galinhada  Alface | | Macarrão com carne  Beterraba | | | Polenta  Carne suína  Repolho | | Arroz – feijão  Ovo cozido  Tomate | | | Arroz  Batatinha em molho  Frango 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 | | | Polenta  Carne suína  Repolho | | Arroz – feijão  Ovo cozido  Tomate | | | Arroz  Batatinha em molho  Frango 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 ovo  Manga | | Leite – Biscoito salgado  Banana | | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Pão com ovo  Melão | | | Leite – Pão com ovo  Melão | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Macarrão com carne  Alface | | Polenta com frango  Tomate | | | Arroz – feijão  Carne suína e cenoura | | | Arroz – batatinha  Carne moída  Repolho | | | Panqueca com carne  Beterraba  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 – feijão  Carne suína e cenoura | | | Arroz – batatinha  Carne moída  Repolho | | | Panqueca com carne  Beterraba  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** | | | | | | | | | | | | | |