|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE**  **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  **ESCOLA REUNIDA MUNICIPAL ANGELO SOLETTI** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Fundamental I)* **FAIXA ETÁRIA** (06 aos 11 anos) | | | | | |
| **MARÇO/2024** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **04/03** | **3ª FEIRA**  **05/03** | **4ª FEIRA**  **06/03** | **5ª FEIRA**  **07/03** | **6ª FEIRA**  **08/03** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Polenta  Frango em molho  Alface | Caldo de feijão com carne suína, batatinha, cenoura e massa  Melão | Arroz – feijão  Carne moída  com cenoura | Iogurte  Biscoito salgado  Mamão | Suco de uva  Pão com frango, cenoura e tomate |
| **Almoço integral: 11:40h** | Arroz  Frango assado com batatinha  Tomate | Panqueca com carne  Tomate com repolho | Macarrão com carne  Beterraba cozida | - | Arroz – feijão  Carne suína assada  Repolho |
| **Lanche integral:**  **15:45hs** | - |  |  |  |  |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 344kcal | 54g | 10.5g | 8.8g |
| 63% | 12,8% | 24,2% |
| **Integral** | | 1,001kcal | 160g | 30g | 26,6g |
|  | |  | 64% | 12% | 24% |
| **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**  **ESCOLA REUNIDA MUNICIPAL ANGELO SOLETTI** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Fundamental I)* **FAIXA ETÁRIA** (06 aos 11 anos) | | | | | |
| **MARÇO/2024** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **11/03** | **3ª FEIRA**  **12/03** | **4ª FEIRA**  **13/03** | **5ª FEIRA**  **14/03** | **6ª FEIRA**  **15/03** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com frango  Alface | Leite com cacau  Pão de queijo  Banana | Arroz – Feijão  Farofa com cenoura e carne suína | Suco de abacaxi  Bolo salgado (frango, cenoura e queijo)  Maçã | Suco de uva  Pão com carne, cenoura e tomate |
| **Almoço integral: 11:40h** | Arroz – feijão  Farofa com carne suína e cenoura  Alface | Galinhada  Repolho | Arroz – mandioca  Carne suína assada  Alface | - | Lasanha com frango, cenoura, queijo e tomate  Repolho |
| **Lanche integral:**  **15:45hs** | Melão  Bolo de cenoura com açúcar mascavo | - | Laranja  Pão com presunto e queijo | - | Iogurte  Biscoito salgado  Mamão |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 338kcal | 52,8g | 11,3g | 9g |
| 62,6% | 13,4% | 24% |
| **Integral** | | 993kcal | 156g | 37g | 25g |
|  | |  | 63% | 15% | 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**  **ESCOLA REUNIDA MUNICIPAL ANGELO SOLETTI** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Fundamental I)* **FAIXA ETÁRIA** (06 a 11 anos) | | | | | |
| **MARÇO/2024** | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **18/03** | **3ª FEIRA**  **19/03** | **4ª FEIRA**  **20/03** | **5ª FEIRA**  **21/03** | **6ª FEIRA**  **22/03** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Galinhada  Alface | Sopa de frango com cenoura, batatinha e arroz  Melão | Arroz – feijão  Ovo cozido  Beterraba | Melancia  Bolo de fubá | Suco de uva  Pão com frango, cenoura e tomate |
| **Almoço integral: 11:40h** | Macarrão com carne  Alface | Arroz  Carne moída com batatinha  Tomate | Polenta  Carne suína assada  Alface | - | Arroz – feijão  Carne moída  Repolho |
| **Lanche integral:**  **15:45hs** | Leite com cacau  Biscoito caseiro  Banana | - | Suco de morango  Pão com melado  Maçã | - | Salada de frutas  Esfira de carne |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 329kcal | 52,8g | 10,4g | 8,4g |
| 64,2% | 12,7% | 23,1% |
| **Integral** | | 1,098kcal | 176g | 35g | 28g |
|  | |  | 64% | 13% | 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**  **ESCOLA REUNIDA MUNICIPAL ANGELO SOLETTI** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Fundamental I)* **FAIXA ETÁRIA** (06 a 11 anos) | | | | | |
| |  | | --- | | **MARÇO/2024** | | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **25/03** | **3ª FEIRA**  **26/03** | **4ª FEIRA**  **27/03** | **5ª FEIRA**  **28/03** | **6ª FEIRA**  **29/03** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com  carne  Alface | Salada de frutas  Esfira de frango | Arroz – feijão  Farofa com carne suína e cenoura | Leite com cacau  Biscoito caseiro  Banana | Sexta feira Santa  Feriado |
| **Almoço integral: 11:40h** | Arroz  Bife acebolado  Alface | Macarrão com frango  Repolho | Mandioca – Arroz  Carne suína assada  Alface | - |  |
| **Lanche integral:**  **15:45hs** | Suco de laranja  Cuca  Banana | - | Suco de abacaxi  Pão com ovo  Melão | - |  |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** |  | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 335,4kcal | 51,9g | 11,6g | 9g |
| 61,8% | 13,9% | 24,3% |
| **Integral** | | 1041kcal | 163g | 37g | 28,3g |
|  | |  | 62% | 14% | 24% |
| **Catiane Zamarchi**  **CRN10: 2783** | | | | | |

Obs: Para os alunos com intolerância à lactose fazer a substituição do leite integral pelo zero lactose.