|  |
| --- |
| **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** |  PolentaFrango em molhoAlface |  Caldo de feijão com carne suína, batatinha, cenoura e massaMelão | Arroz – feijãoCarne moída com cenoura  | Iogurte Biscoito salgadoMamão | Suco de uva Pão com frango, cenoura e tomate  |
| **Almoço integral: 11:40h** | Arroz Frango assado com batatinhaTomate  | Panqueca com carne Tomate com repolho  | Macarrão com carne Beterraba cozida | - | Arroz – feijãoCarne suína assadaRepolho  |
| **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 frangoAlface   | Leite com cacauPão de queijoBanana  | Arroz – FeijãoFarofa com cenoura e carne suína  | Suco de abacaxiBolo salgado (frango, cenoura e queijo)Maçã | Suco de uva Pão com carne, cenoura e tomate  |
| **Almoço integral: 11:40h** | Arroz – feijãoFarofa com carne suína e cenouraAlface  | Galinhada Repolho | Arroz – mandiocaCarne suína assadaAlface  | - | Lasanha com frango, cenoura, queijo e tomateRepolho  |
| **Lanche integral:****15:45hs** | Melão Bolo de cenoura com açúcar mascavo  | - | Laranja Pão com presunto e queijo  | - |  Iogurte Biscoito salgadoMamão  |
|  **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 arrozMelão  |  Arroz – feijãoOvo cozidoBeterraba  |  Melancia Bolo de fubá  | Suco de uva Pão com frango, cenoura e tomate  |
| **Almoço integral: 11:40h** | Macarrão com carneAlface  | Arroz Carne moída com batatinhaTomate  | PolentaCarne suína assadaAlface  | - | Arroz – feijãoCarne moída Repolho  |
| **Lanche integral:****15:45hs** | Leite com cacauBiscoito caseiroBanana  | - | Suco de morango Pão com meladoMaçã  | - | 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 carneAlface  | Salada de frutasEsfira de frango | Arroz – feijãoFarofa com carne suína e cenoura | Leite com cacauBiscoito caseiroBanana | Sexta feira SantaFeriado  |
| **Almoço integral: 11:40h** | ArrozBife aceboladoAlface  | Macarrão com frangoRepolho  | Mandioca – Arroz Carne suína assadaAlface  | - |  |
| **Lanche integral:****15:45hs** | Suco de laranja Cuca Banana  | - | Suco de abacaxiPão com ovoMelão  | - |  |
| **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.