|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)*** | | | | | | | | | | | | | |
| **MARÇO/2023** | | | | | | | | | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **04/03** | | **3ª FEIRA**  **05/03** | | | **4ª FEIRA**  **06/03** | | | **5ª FEIRA**  **07/03** | | | **6ª FEIRA**  **08/03** | |
| **Café da manhã**  **08:15hs** | Leite – Pão com ovo  Manga | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Pão com ovo  Banana | | | Leite – Pão com ovo  Maçã | | | Leite – Polenta com queijo  Melão | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Polenta  Frango em molho  Alface | | Caldo de feijão com carne suína, batatinha, cenoura e massa | | | Arroz – feijão  Carne moída  com cenoura | | | Macarrão com frango  Alface | | | Arroz  Carne moída com batatinha  Beterraba | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Melão/ Manga | | Banana/Mamão | | | Melão/ Banana | | | Banana/Melancia | | | Banana/ Laranja | |
| **Janta**  **16:00hs** | Polenta  Frango em molho  Alface | | Caldo de feijão com carne suína, batatinha, cenoura e massa | | | Arroz – feijão  Carne moída  com cenoura | | | Macarrão com frango  Alface | | | Arroz  Carne moída com batatinha  Beterraba | |
| **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** |
| 834kcal | | 133g | 27g | | 21,3g | 417 | | 106 | 260 | | 4,0 |
| 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)* | | | | | | | | | | | | | |
| **MARÇO/2023** | | | | | | | | | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **11/03** | | **3ª FEIRA**  **12/03** | | | **4ª FEIRA**  **13/03** | | | **5ª FEIRA**  **14/03** | | | **6ª FEIRA**  **15/03** | |
| **Café da manhã**  **08:15hs** | Leite – Pão com ovo  Manga | | Leite – Biscoito salgado  Banana | | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Pão com ovo  Mamão | | | Leite – Pão com ovo  Banana | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Macarrão com frango  Alface | | Polenta  Carne moída  Repolho | | | Arroz – Feijão  Farofa com cenoura e carne suína | | | Sopa de frango com cenoura, batatinha e massa | | | Arroz  Frango assado com batatinha | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Melão/ Manga | | Banana/Melancia | | | Melão/Mamão | | | Banana /Maçã | | | Banana/ Laranja | |
| **Janta**  **16:00hs** | Macarrão com frango  Alface | | Polenta  Carne moída  Repolho | | | Arroz – Feijão  Farofa com cenoura e carne suína | | | Sopa de frango com cenoura, batatinha e massa | | | 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** |
| 798kcal | | 126g | 27,7g | | 20,2g | 412 | | 102 | 271 | | 4,1 |
| 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)* | | | | | | | | | | | | |
| **MARÇO/2023** | | | | | | | | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **18/03** | | **3ª FEIRA**  **19/03** | | | **4ª FEIRA**  **20/03** | | | **5ª FEIRA**  **21/03** | | **6ª FEIRA**  **22/03** | |
| **Café da manhã**  **08:15hs** | Leite – Pão com ovo  Manga | | Leite – Biscoito salgado  Banana | | | Leite – Pão com ovo  Melão | | | Leite – Pão  Banana | | Leite – Polenta com queijo  Maçã | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Galinhada  Alface | | Sopa de frango com cenoura, batatinha e arroz  Melão | | | Arroz – feijão  Ovo cozido  Beterraba | | | Polenta  Carne suína  Repolho | | Macarrão com frango  Alface | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Melão/ Manga | | Banana/Melancia | | | Melão/ Banana | | | Banana /Maçã | | Banana/ Laranja | |
| **Janta**  **16:00hs** | Galinhada  Alface | | Sopa de frango com cenoura, batatinha e arroz  Melão | | | Arroz – feijão  Ovo cozido  Beterraba | | | Polenta  Carne suína  Repolho | | Macarrão com frango  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** |
| 929kcal | | 148g | 32g | | 22,7g | 626 | | 124 | 243 | 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)* | | | | | | | | | | | | | |
| **MARÇO/2023** | | | | | | | | | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **25/03** | | **3ª FEIRA**  **26/03** | | | **4ª FEIRA**  **27/03** | | | **5ª FEIRA**  **28/03** | | | **6ª FEIRA**  **29/03** | |
| **Café da manhã**  **08:15hs** | Leite – Pão com ovo  Manga | | Leite – Pão  Banana | | | Leite – Polenta com queijo  Melão | | | Leite – Pão  Banana | | |  | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Macarrão com  carne  Alface | | Polenta  Carne de frango  Alface | | | Arroz – feijão  Carne suína e cenoura | | | Macarrão com  carne  Alface | | | Sexta feira Santa  Feriado | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Melão/ Manga | | Banana/Morango | | | Melão/ Banana | | | Banana /Maçã | | |  | |
| **Janta**  **16:00hs** | Macarrão com  carne  Alface | | Polenta  Carne de frango  Alface | | | Arroz – feijão  Carne suína e cenoura | | | Macarrão com  carne  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** |
| 892kcal | | 144g | 28,9g | | 21,7g | 426 | | 157 | 240 | | 4,6 |
| 65% | 13% | | 22% |
| Obs: Para os alunos intolerantes à lactose fazer uso do leite integral zero lactose. **Catiane Zamarchi**  **CRN10:2783** | | | | | | | | | | | | | |