|  |
| --- |
| **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 ovoManga | Leite – Polenta com queijo Melão  | Leite – Pão com ovoBanana | Leite – Pão com ovoMaçã | Leite – Polenta com queijo Melão |
| **Almoço** **10:45hs** |  PolentaFrango em molhoAlface | Caldo de feijão com carne suína, batatinha, cenoura e massa | Arroz – feijãoCarne moída com cenoura  | Macarrão com frango Alface  |  ArrozCarne moída com batatinhaBeterraba  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Manga  | Banana/Mamão | Melão/ Banana  | Banana/Melancia  | Banana/ Laranja  |
| **Janta** **16:00hs** |  PolentaFrango em molhoAlface | Caldo de feijão com carne suína, batatinha, cenoura e massa | Arroz – feijãoCarne moída com cenoura  | Macarrão com frango Alface  |  ArrozCarne moída com batatinhaBeterraba  |
|  **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 ovoManga | Leite – Biscoito salgadoBanana  | Leite – Polenta com queijo Melão | Leite – Pão com ovoMamão | Leite – Pão com ovoBanana  |
| **Almoço** **10:45hs** | Macarrão com frangoAlface  | Polenta Carne moída Repolho  | Arroz – FeijãoFarofa 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 frangoAlface  | Polenta Carne moída Repolho  | Arroz – FeijãoFarofa 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 ovoManga | Leite – Biscoito salgado Banana  | Leite – Pão com ovoMelão | Leite – Pão Banana  | Leite – Polenta com queijo Maçã  |
| **Almoço** **10:45hs** | Galinhada Alface | Sopa de frango com cenoura, batatinha e arrozMelão  | Arroz – feijãoOvo cozidoBeterraba  | Polenta Carne suína Repolho  | Macarrão com frangoAlface |
| **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 arrozMelão  | Arroz – feijãoOvo cozidoBeterraba  | Polenta Carne suína Repolho  | Macarrão com frangoAlface |
|  **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 ovoManga | Leite – Pão  Banana  | Leite – Polenta com queijo Melão  | Leite – PãoBanana  |  |
| **Almoço** **10:45hs** | Macarrão com carneAlface  | Polenta Carne de frangoAlface | Arroz – feijãoCarne suína e cenoura  | Macarrão com carneAlface | Sexta feira SantaFeriado  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Manga  | Banana/Morango | Melão/ Banana  | Banana /Maçã  |  |
| **Janta** **16:00hs** | Macarrão com carneAlface  | Polenta Carne de frangoAlface | Arroz – feijãoCarne suína e cenoura  | Macarrão com carneAlface |  |
|  **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** |