|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)* | | | | | | | | | | | | | |
| **DEZEMBRO/2024** | | | | | | | | | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **02/12** | | **3ª FEIRA**  **03/12** | | | **4ª FEIRA**  **04/12** | | | **5ª FEIRA**  **05/12** | | | **6ª FEIRA**  **06/12** | |
| **Café da manhã**  **08:15hs** | Leite – Pão com ovo  Manga | | Leite – Pão torrado com manteiga  Banana | | | Leite – Pão com queijo  Banana | | | Leite – Polenta com ovo  Mamão | | | Leite – Palito  Melão | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Macarrão com carne moída  Alface | | Arroz – feijão  Ovo cozido  Beterraba | | | Polenta  Carne suína  Tomate | | | Arroz  Carne suína refogada  Repolho | | | Arroz – batatinha assada  Frango assado  Tomate | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Melão/ Melancia | | Banana/Manga | | | Morango/ Banana | | | Banana/Uva | | | Melancia/Manga | |
| **Janta**  **16:00hs** | Macarrão com carne moída  Alface | | Arroz – feijão  Ovo cozido  Beterraba | | | Polenta  Carne suína  Tomate | | | Arroz  Carne suína refogada  Repolho | | | Arroz – batatinha assada  Frango assado  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** |
| 1014kcal | | 162g | 35g | | 24,7g | 424 | | 94 | 284 | | 3,9 |
| 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)* | | | | | | | | | | | | | |
| **DEZEMBRO/2024** | | | | | | | | | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **09/12** | | **3ª FEIRA**  **10/12** | | | **4ª FEIRA**  **11/12** | | | **5ª FEIRA**  **12/12** | | | **6ª FEIRA**  **13/12** | |
| **Café da manhã**  **08:15hs** | Leite – Pão com ovo  Manga | | Leite – Biscoito salgado  Banana | | | Leite – Polenta com ovo  Mamão | | | Leite – Pão com queijo  Banana | | | Leite – Pão com manteiga torrado | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Polenta  Carne suína  Alface | | Arroz - Batata doce assada  Carne moída refogada  Tomate | | | Macarrão com frango  Beterraba | | | Arroz  Feijoada com carne suína  Repolho | | | Arroz  Frango assado com batatinha  Tomate | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Melão/ Manga | | Banana/Melancia | | | Melão/ Banana | | | Banana /Uva | | | Melancia/ Manga | |
| **Janta**  **16:00hs** | Polenta  Carne suína  Alface | | Arroz - Batata doce assada  Carne moída refogada  Tomate | | | Macarrão com frango  Beterraba | | | Arroz  Feijoada com carne suína  Repolho | | | Arroz  Frango assado com batatinha  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** |
| 1009kcal | | 163g | 35g | | 23,5g | 397 | | 82 | 186 | | 3,7 |
| 65% | 14% | | 21% |
| Obs: Para os alunos intolerantes à lactose fazer uso do leite integral zero lactose. **Catiane Zamarchi**  **CRN10:2783** | | | | | | | | | | | | | |