|  |
| --- |
| **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 ovoManga | Leite – Pão torrado com manteiga Banana  | Leite – Pão com queijoBanana  |  Leite – Polenta com ovoMamão | Leite – Palito Melão |
| **Almoço** **10:45hs** | Macarrão com carne moídaAlface |  Arroz – feijãoOvo cozido Beterraba  | PolentaCarne suína Tomate  | Arroz Carne suína refogadaRepolho | Arroz – batatinha assadaFrango assadoTomate  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Melancia  | Banana/Manga  | Morango/ Banana  | Banana/Uva  | Melancia/Manga  |
| **Janta** **16:00hs** | Macarrão com carne moídaAlface |  Arroz – feijãoOvo cozido Beterraba  | PolentaCarne suína Tomate  | Arroz Carne suína refogadaRepolho | Arroz – batatinha assadaFrango assadoTomate  |
|  **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 ovoManga | Leite – Biscoito salgado Banana  |  Leite – Polenta com ovoMamão  | Leite – Pão com queijoBanana  | Leite – Pão com manteiga torrado |
| **Almoço** **10:45hs** | PolentaCarne suína Alface  | Arroz - Batata doce assadaCarne moída refogada Tomate  | Macarrão com frangoBeterraba  |  Arroz Feijoada com carne suínaRepolho | Arroz Frango assado com batatinhaTomate  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Melão/ Manga  | Banana/Melancia  | Melão/ Banana  | Banana /Uva  | Melancia/ Manga  |
| **Janta** **16:00hs** | PolentaCarne suína Alface  | Arroz - Batata doce assadaCarne moída refogada Tomate  | Macarrão com frangoBeterraba  |  Arroz Feijoada com carne suínaRepolho | Arroz Frango assado com batatinhaTomate  |
|  **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** |