|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE - SC** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CEI PINGO DE GENTE** |
| **CARDÁPIO – CRECHE E INTEGRAL FAIXA ETÁRIA** *(01 - 5 anos)* **PERÍODO** (*parcial/integral)* |
| **FEVEREIRO/2025** |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA - 10/02** | **3ª FEIRA - 11/02** | **4ª FEIRA - 12/02** | **5ª FEIRA - 13/02** | **6ª FEIRA - 14/02**  |
| **Café da manhã** **08:00hs** | Leite – Pão com requeijão Banana  | Leite – Pão com ovoManga | Leite – Pão com queijoMamão  |  Leite – Biscoito salgado Melão | Leite – Pão com requeijão  Banana  |
| **Almoço** **10:45hs** | GalinhadaAlface | Polenta Carne moída Beterraba  |  Arroz – feijão Farofa com carne suína, cenoura e cebola | Macarrão com carneRepolho  | Arroz Frango assado com batatinha – Tomate  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Banana Manga  | Melancia Maçã  | BananaMelão  | Banana Melancia  | Melão Maçã |
| **Janta** **16:00hs** | Macarrão com carneRepolho |  Arroz – feijão Carne moída Tomate  | GalinhadaAlface | Sopa de feijão com massaOvo cozido | Polenta Carne moída 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** |
| 767 | 118,8g | 26,8g | 20,4g  | 450 | 35 | 141 | 3,6 |
| 62% | 14% | 24% |
| **Catiane Zamarchi – CRN10:2783** |

Obs: Para os alunos com intolerância à lactose fazer a substituição do leite integral pelo zero lactose, inclusive as preparações que possuem leite.

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE - SC** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CEI PINGO DE GENTE** |
| **CARDÁPIO – CRECHE E INTEGRAL FAIXA ETÁRIA** *(01 - 5 anos)* **PERÍODO** (*parcial/integral)* |
| **FEVEREIRO/2025** |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA - 17/02** | **3ª FEIRA - 18/02** | **4ª FEIRA - 19/02** | **5ª FEIRA - 20/02** | **6ª FEIRA - 21/02** |
| **Café da manhã** **08:00hs** | Leite – Pão com requeijão Banana  | Leite – Pão com ovoManga | Leite – Pão com queijoMamão  |  Leite – Biscoito salgado Melão | Leite – Pão com requeijão  Banana  |
| **Almoço** **10:45hs** | Macarrão com frango e molho brancoAlface  | Arroz – mandioca Carne moída Repolho  | Arroz – feijãoCarne moída suína Beterraba  |  PolentaFrango em molhoRepolho | Arroz – lentilha Ovo cozidoTomate  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Banana Melão  | Mamão Maçã  | Melão Banana  | Maçã Manga  | Banana Melancia  |
| **Janta** **16:00hs** | Arroz – feijãoCarne moída suína Beterraba  |  PolentaFrango em molhoRepolho  | Macarrão com carne Alface | Galinhada Tomate  |  PolentaCarne moídaRepolho  |
|  **Composição nutricional****Na (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** |
| 928 | 150g | 30g | 22,6g  | 487 | 61 | 168 | 4,2 |
| 64% | 14% | 22% |
| **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 E INTEGRAL FAIXA ETÁRIA** *(01 - 5 anos)* **PERÍODO** (*parcial/integral)* |
| **FEVEREIRO/2025** |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA - 24/02** | **3ª FEIRA – 25/02** | **4ª FEIRA - 26/02** | **5ª FEIRA - 27/02** | **6ª FEIRA - 28/02** |
| **Café da manhã** **08:00hs** | Leite – Pão com requeijão Banana  | Leite – Pão com ovoManga | Leite – Pão com queijoMamão  |  Leite – Biscoito salgado Melão | Leite – Pão com requeijão  Banana  |
| **Almoço** **10:45hs** | Galinhada Repolho  | Macarrão com carneBeterraba  |  ArrozFrango assado com batatinhaTomate  | Arroz – batatinha assadaCarne suína Repolho  | Polenta Frango em molhoAlface  |
| **Lanche da tarde** **14:00hs** | Banana Melão  | Mamão Maçã  | Melão Banana  | Banana Manga  | Banana Melancia  |
| **Janta** **16:00hs** | Polenta Carne em molhoAlface  |  Galinhada Repolho  |  Arroz-feijão Ovo cozido Tomate  | Macarrão com carneBeterraba  | Arroz-feijão Carne moídaTomate  |
|  **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** |
| 962 | 156g | 33,6g | 22,4g  | 341 | 54 | 204 | 4 |
| 65% | 14% | 21% |
| **Catiane Zamarchi – CRN10:2783** |