|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 ovo  Manga | | | Leite – Pão com queijo  Mamão | | | Leite – Biscoito salgado  Melão | | | Leite – Pão com requeijão  Banana | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Galinhada  Alface | | Polenta  Carne moída  Beterraba | | | Arroz – feijão  Farofa com carne suína, cenoura e cebola | | | Macarrão com carne  Repolho | | | Arroz  Frango assado com batatinha – Tomate | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Banana  Manga | | Melancia  Maçã | | | Banana  Melão | | | Banana  Melancia | | | Melão  Maçã | |
| **Janta**  **16:00hs** | Macarrão com carne  Repolho | | Arroz – feijão  Carne moída  Tomate | | | Galinhada  Alface | | | Sopa de feijão com massa  Ovo 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 ovo  Manga | | | Leite – Pão com queijo  Mamão | | | Leite – Biscoito salgado  Melão | | | Leite – Pão com requeijão  Banana | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Macarrão com frango e molho branco  Alface | | Arroz – mandioca  Carne moída  Repolho | | | Arroz – feijão  Carne moída suína  Beterraba | | | Polenta  Frango em molho  Repolho | | | Arroz – lentilha  Ovo cozido  Tomate | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Banana  Melão | | Mamão  Maçã | | | Melão  Banana | | | Maçã  Manga | | | Banana  Melancia | |
| **Janta**  **16:00hs** | Arroz – feijão  Carne moída suína  Beterraba | | Polenta  Frango em molho  Repolho | | | Macarrão com carne  Alface | | | Galinhada  Tomate | | | Polenta  Carne moída  Repolho | |
| **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 ovo  Manga | | | Leite – Pão com queijo  Mamão | | | Leite – Biscoito salgado  Melão | | | Leite – Pão com requeijão  Banana | |
| **Almoço**  **10:45hs** | Galinhada  Repolho | | Macarrão com carne  Beterraba | | | Arroz  Frango assado com batatinha  Tomate | | | Arroz – batatinha assada  Carne suína  Repolho | | | Polenta  Frango em molho  Alface | |
| **Lanche da tarde**  **14:00hs** | Banana  Melão | | Mamão  Maçã | | | Melão  Banana | | | Banana  Manga | | | Banana  Melancia | |
| **Janta**  **16:00hs** | Polenta  Carne em molho  Alface | | Galinhada  Repolho | | | Arroz-feijão  Ovo cozido  Tomate | | | Macarrão com carne  Beterraba | | | Arroz-feijão  Carne moída  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** |
| 962 | | 156g | 33,6g | | 22,4g | 341 | | 54 | 204 | | 4 |
| 65% | 14% | | 21% |
| **Catiane Zamarchi – CRN10:2783** | | | | | | | | | | | | | |