|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE**  **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  **ESCOLA REUNIDA MUNICIPAL ANGELO SOLETTI** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Fundamental I)* **FAIXA ETÁRIA** (06 aos 11 anos) | | | | | |
| **MARÇO/2025** | | | | | |
| **1° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **03/03** | **3ª FEIRA**  **04/03** | **4ª FEIRA**  **05/03** | **5ª FEIRA**  **06/03** | **6ª FEIRA**  **07/03** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | - | FERIADO CARNAVAL | Café com leite  Cuca  Maçã | Polenta com frango  Repolho | Suco de uva  Pão com frango, cenoura e tomate |
| **Almoço integral: 11:40h** | - | - | Arroz  Bife coxao mole  Repolho | - | - |
| **Lanche integral:**  **15:15hs** | - | - | Iogurte  Biscoito salgado  Banana | Polenta com frango  Repolho | Suco de uva  Pão com frango, cenoura e tomate |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 345kcal | 54g | 10.5g | 8.8g |
| 63% | 12,8% | 24,2% |
| **Integral** | | 1002kcal | 157g | 37g | 25g |
|  | |  | 63% | 15% | 23% |
| **Catiane Zamarchi**  **CRN10: 2783** | | | | | |

Obs: Para os alunos com intolerância à lactose fazer a substituição do leite integral pelo zero lactose.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE**  **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  **ESCOLA REUNIDA MUNICIPAL ANGELO SOLETTI** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Fundamental I)* **FAIXA ETÁRIA** (06 aos 11 anos) | | | | | |
| **MARÇO/2025** | | | | | |
| **2° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **10/03** | **3ª FEIRA**  **11/03** | **4ª FEIRA**  **12/03** | **5ª FEIRA**  **13/03** | **6ª FEIRA**  **14/03** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com carne  Alface | Melancia  Bolo cenoura com açúcar mascavo | Torta de bolacha  Banana | Arroz – Feijão  Farofa com cenoura e carne suína | Suco de abacaxi  Pão com carne, cenoura e tomate |
| **Almoço integral: 11:40h** | Arroz – feijão  Farofa com carne suína e cenoura  Alface | Lasanha com frango, cenoura, queijo e tomate  Repolho | Arroz – mandioca  Carne suína assada  Alface | - | - |
| **Lanche integral:**  **15:15hs** | Melancia  Cuca caseira | Iogurte  Biscoito salgado  Maçã | Suco de morango  Pão com presunto e queijo | - |  |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 341kcal | 53g | 11,3g | 9g |
| 62,6% | 13,4% | 24% |
| **Integral** | | 1018kcal | 165g | 36g | 23,7g |
|  | |  | 65% | 14% | 21% |
| **Catiane Zamarchi**  **CRN10: 2783** | | | | | |

Obs: Para os alunos com intolerância à lactose fazer a substituição do leite integral pelo zero lactose.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE**  **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  **ESCOLA REUNIDA MUNICIPAL ANGELO SOLETTI** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Fundamental I)* **FAIXA ETÁRIA** (06 a 11 anos) | | | | | |
| **MARÇO/2025** | | | | | |
| **3° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **17/03** | **3ª FEIRA**  **18/03** | **4ª FEIRA**  **19/03** | **5ª FEIRA**  **20/03** | **6ª FEIRA**  **21/03** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Galinhada  Alface | Café com leite  Pão de queijo  Maçã | Iogurte  Biscoito salgado  Banana | Mandioca  Carne suína assada  Repolho | Suco de uva  Pão com frango, cenoura e tomate |
| **Almoço integral: 11:40h** | Arroz – feijão  Ovo cozido e beterraba | Polenta  Carne suína refogada  Alface | Arroz  Frango assado com batatinha  Tomate | - | Arroz – feijão  Carne moída  Repolho |
| **Lanche integral:**  **15:15hs** | Leite com cacau  Biscoito caseiro  Maçã | Suco abacaxi  Esfira de carne  Melão | Suco de morango  Torradas com manteiga  Banana |  |  |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** | **PTN(g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 332kcal | 53g | 10,4g | 8,4g |
| 64,2% | 12,7% | 23,1% |
| **Integral** | | 1,094kcal | 176g | 35g | 28g |
|  | |  | 64% | 13% | 23% |
| **Catiane Zamarchi**  **CRN10: 2783** | | | | | |

Obs: Para os alunos com intolerância à lactose fazer a substituição do leite integral pelo zero lactose.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTES DE UNIÃO DO OESTE**  **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  **ESCOLA REUNIDA MUNICIPAL ANGELO SOLETTI** | | | | | |
| **CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *(Fundamental I)* **FAIXA ETÁRIA** (06 a 11 anos) | | | | | |
| |  | | --- | | **MARÇO/2025** | | | | | | |
| **4° SEMANA** | **2ª FEIRA**  **24/03** | **3ª FEIRA**  **25/03** | **4ª FEIRA**  **26/03** | **5ª FEIRA**  **27/03** | **6ª FEIRA**  **28/03** |
| **Lanche da manhã**  **09:45hs**  **Lanche da tarde**  **15:30hs** | Macarrão com  Carne e molho branco  Alface | Salada de frutas  Esfira de frango | Leite com cacau  Biscoito caseiro  Banana | Arroz – feijão  Farofa com carne suína e cenoura | Suco de abacaxi  Pão com presunto e queijo |
| **Almoço integral: 11:40h** | Arroz  frango | Arroz  Bife acebolado  Alface | Mandioca – Arroz  Carne suína assada  Repolho | - |  |
| **Lanche integral:**  **15:15hs** | Suco de uva  Grostoli  Mamão | Suco de abacaxi  Bolo de fubá/açúcar masc - Maçã | Suco de morango  Pão com ovo  Melão | - |  |
| **Composição nutricional (Média semanal)**  **Parcial** | | **Energia (Kcal)** | **CHO(g)** |  | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 338kcal | 52g | 11,6g | 9g |
| 61,8% | 13,9% | 24,3% |
| **Integral** | | 1043kcal | 163g | 37g | 28,3g |
|  | |  | 62% | 14% | 24% |
| **Catiane Zamarchi**  **CRN10: 2783** | | | | | |

Obs: Para os alunos com intolerância à lactose fazer a substituição do leite integral pelo zero lactose.