|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICIPIO DE QUILOMBO/SANTA CATARINA PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** |
| **CARDÁPIO - CRECHE****MODALIDADE DE ENSINO** *Creche***ZONA** *(urbana / rural)***FAIXA ETÁRIA** *(5 a11 meses)***PERÍODO** *parcial* **HORÁRIOS: Lanche da manhã: 8:150h - 10:30h - / Lanche: 13:45h / Lanche da tarde: 15:30h** |
| **Necessidades Alimentares Especiais:** *Esse cardápio possui alimentos alérgicos como ovo, tomate, leite e glúten. Serão levados em consideração os alunos com restrições alimentares.* |
| **DEZEMBRO/2021** |
| **2ª FEIRA****22/11 E 06/12** | **3ª FEIRA****23/11 E 07/12** | **4ª FEIRA****24/11 E 08/12** | **5ª FEIRA****25/11 E 09/12** | **6ª FEIRA****26/11 E 10/12** |
| Fruta amassada / leite |  Banana assada / leite | Fruta amassada / leite | Fruta amassada/leite | fruta amassada/leite |
| Polenta (mole) com molho bolo com cenoura (mais molho) /arroz (bem cozido) e salada | Arroz com cenoura (bem cozido) feijão(amassado)/peixe ensopado e salada | Sopa de feijão c/ arroz | Sopa de grão de bico c/ arroz | Macarrão (bem cozido) com carne de frango com cenoura (mais molho) e salada |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia (326Kcal)** | **CHO****(42g)** | **PTN****(11g)** | **LPD****(10g)** | **Vit. A****(83mcg)** | **Vit.C (18mg)** | **Ca****(113mg)** | **Fe****(40mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| **30% das necessidades nutricionais /dia****2 refeições** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Fernanda Z Bandiera, CRN 1108/SC Nutricionista RT/PNAE.**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Alimentos fontes de ferro “heme”** |
|  | **Alimentos fontes de vitamina A** |
|  | **Alimentos fontes de vitamina C** |

 |

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICIPIO DE QUILOMBO/SANTA CATARINA PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** |
| **CARDÁPIO - CRECHE****MODALIDADE DE ENSINO** *Creche***ZONA** *(urbana / rural)***FAIXA ETÁRIA** *(5 a11 meses)***PERÍODO** *parcial* **HORÁRIOS: Lanche da manhã: 8:150h - 10:30h - / Lanche: 13:45h / Lanche da tarde: 15:30h** |
| **Necessidades Alimentares Especiais:** *Esse cardápio possui alimentos alérgicos como ovo, tomate, leite e glúten. Serão levados em consideração os alunos com restrições alimentares.* |
| **DEZEMBRO/2021** |
| **2ª FEIRA** **29/11 E 13/12** | **3ª FEIRA** **30/11 E 14/12** | **4ª FEIRA** **01/12 E 15/12** | **5ª FEIRA** **02/12 E 16/12** | **6ª FEIRA****03/12 E 17/12** |
| Fruta amassada / leite | Purê de maçã / leite | Fruta amassada / leite | Fruta amassada/leite | Fruta amassada/leite |
| Risoto (bem cozido) e salada | Arroz com cenoura (bem cozido) /feijão(amassado)/molho bolonhesa e salada | Sopa de galinha/com massinha cabelo de anjo | Sopa de Lentilha c/arroz | Sopa de feijão c/arroz |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia (326Kcal)** | **CHO****(42g)** | **PTN****(11g)** | **LPD****(10g)** | **Vit. A****(83mcg)** | **Vit.C (18mg)** | **Ca****(113mg)** | **Fe****(40mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| **30% das necessidades nutricionais /dia****2 refeições** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Fernanda Z Bandiera, CRN 1108/SC Nutricionista RT/PNAE.**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Alimentos fontes de ferro “heme”** |
|  | **Alimentos fontes de vitamina A** |
|  | **Alimentos fontes de vitamina C** |

 |