|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | | | | | | | | | | | |