|  |
| --- |
| **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** *(01 - 04 anos)***PERÍODO** *Integral***HORÁRIOS: Lanche da manhã: 8:15h/Almoço 10:30h / Lanche da Tarde: 13:30h / Jantar: 16:00h/Ceia:18h** |
| **Necessidades Alimentares Especiais:** *Esse cardápio possui alimentos alérgicos como ovo, tomate, leite e glúten. Serão levados em consideração os alunos com restrições alimentares.* |
| **ABRIL/2022** |
| **2ª FEIRA** | **3ª FEIRA** | **4ª FEIRA** | **5ª FEIRA** | **6ª FEIRA** |
| **LANCHE DA MANHÃ : 08h15min** |  |  |  |  |
| Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |  Fruta |
| **ALMOÇO: 10h30min** |  |  |  |  |
| Polenta com molho frango com cenoura/arroz e salada | Arroz com cenoura/feijão/peixe ensopado e salada | Risoto de frango/ Salada | Arroz/ Lentilha/ Carne suína e Salada | Macarrão com molho bolonhesa, com cenoura e salada |
| **LANCHE DA TARDE: 13h30** |  |  |  |  |
| Bolo de chocolate sem açúcar/ suco de uva | Frutas/ Omelete assado | Bolo Salgado de carne moida/suco de uva | Frutas/ Omelete assado | Batata doce Assada/ Frutas |
| **JANTA: 16h00** |  |  |  |  |
| Sopa de galinha com legumes e massa cabelo de anjo | Sopa de grão de bico e arroz | Sopa de Feijão com arroz | Polenta com molho bolonhesa e salada | Sopa de lentilha e arroz |
| **Ceia: 18h00** |  |  |  |  |
| Frutas | Frutas | Frutas | Frutas | Frutas |
| **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.** |