|  |
| --- |
| **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.* |
| **JUNHO/2022** |
| **2ª FEIRA** | **3ª FEIRA** | **4ª FEIRA** | **5ª FEIRA** | **6ª FEIRA** |
| **LANCHE DA MANHÃ: 08h15min/8h30min** |  |  |  |  |
| Pão fatiado integral/ Geleia de fruta s/açúcar Leite morno com cacau Fruta  | Pão fatiado integral/ Geleia de fruta s/açúcar Leite morno com cacau Fruta | Pão fatiado integral/Geleia de fruta s/açúcar Leite morno com cacau Fruta | Pão fatiado integral/ Geleia de fruta s/açúcar Leite morno com cacau Fruta | Pão fatiado integral/ Geleia de fruta /açúcar Leite morno com cacau Fruta |
| **ALMOÇO:** **10h30min/10h45min** |  |  |  |  |
| Polenta com molho carne de frango com cenoura/arroz e salada | Arroz /feijão/batatinha em molho/salada | Arroz/ Lentilha/ Carne de gado refogada e Salada | Galinhada e salada  | Macarrão com molho de carne moída/ com cenoura e salada |
| **LANCHE DA TARDE:** **13h30min** |  |  |  |  |
| Bolinho de chocolate s/açúcar / chá | Esfira /suco | Frutas | Bolo Salgado de carne moída /suco  |  Frutas |
| **JANTA:** **16h00 min** |  |  |  |  |
| Sopa de galinha com legumes e massa cabelo de anjo |  Sopa de feijão c/arroz | Sopa de legumes /arroz | Sopa de lentilha c/arroz | Sopa de grão de bico c/arroz |
| **Ceia: 18h00 min** |  |  |  |  |
| 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.** |