|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** *(06 – 11meses)*  **PERÍODO** *Integral*  **HORÁRIOS: Lanche da manhã: 8:15h - /Almoço:10:30h - / Lanche da tarde: 13:30h / jantar: 16:00h/Ceia:18:00h** | | | | | | | | | | |
| **Necessidades Alimentares Especiais:** *Esse cardápio possui alimentos alérgicos como ovo, tomate, leite e glúten. Serão levados em consideração os alunos com restrições alimentares.*  ***Sódio****: muito pouco /****consistência****: muda de acorda com o desenvolvimento de cada criança.* | | | | | | | | | | |
| **MAIO/2022** | | | | | | | | | | |
| **2ª FEIRA**  **09/16/23** | **3ª FEIRA**  **10/17/24** | | **4ª FEIRA**  **11/18/25** | | | **5ª FEIRA**  **12/19/26** | | | **6ª FEIRA**  **13/20/27** | |
| **LANCHE DA MANHÃ : 08h0min** |  | |  | | |  | | |  | |
| Frutas (Banana, Maçã, Mamão, Manga) | Frutas (Banana, Maçã, Mamão, Manga) | | Frutas (Banana, Maçã, Mamão, Manga) | | | Frutas (Banana, Maçã, Mamão, Manga) | | | Frutas (Banana, Maçã, Mamão, Manga) | |
| **ALMOÇO: 10h15min** |  | |  | | |  | | |  | |
| Polenta (molinha)com molho frango com cenoura/arroz(bem cozido molhado) e salada cozida | Arroz com cenoura(bem cozido)/feijão(bem cozido amassado)peixe ensopado e salada cozida | | Risoto de frango(bem cozido)/ Salada cozida | | | Arroz(bem cozido molhado)/ Lentilha(cremosa)/ Carne gado (bem picado)salada cozida | | | Macarrão com molho bolonhesa, com cenoura (bem cozido molhado) e salada cozida | |
| **LANCHE DA TARDE: 13h30** |  | |  | | |  | | |  | |
| **6 meses**: Fruta amassadinha  **8 meses**: Bolinho de maçã/banana e aveia/ suco de uva | **6 meses**: Fruta amassadinha  **8 meses**: Esfira /suco de uva | | **6 meses** : Fruta amassadinha  **8 meses**: Fruta | | | **6 meses**: Fruta amassadinha  **8 meses** : Bolo Salgado de carne moida( molhado) e suco de uva | | | **6 meses** : Fruta amassadinha  **8 meses**: Fruta | |
| **JANTA: 16h00** |  | |  | | |  | | |  | |
| Sopa de galinha com legumes(batata,cenoura) e massa cabelo de anjo( amassado) | Arroz(bem cozido molhado) feijão(bem cozido amassado)moranga em molho  (amassado) | | Sopa de Feijão com arroz  (amassado) | | | Polenta com carne moida (bem cozida molinha)e salada | | | Sopa de lentilha c/ arroz(amassado) | |
| **CEIA : 18:00** |  | |  | | |  | | |  | |
| Frutas (amassadas) | Frutas(amassadas) | | Frutas(amassadas) | | | Frutas(amassadas) | | | Frutas(amassadas) | |
| **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.** | | | | | | | | | | |