

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO** *Ensino Fundamental I* **- FAIXA ETÁRIA** (06 - 10 anos de idade) **- PERÍODO** *Parcial* **OBSERVAÇÃO***: cardápio sujeito a alterações* | | | | | |
| **Necessidades Alimentares Especiais:** *Esse cardápio possui alimentos alérgicos como ovo, tomate e glúten. Serão levados em consideração os alunos com restrições alimentares.* | | | | | |
| |  |  | | --- | --- | | **SETEMBRO 2022** |  | | | | | | |
| **Lanche**  **Manhã: 9:30**  **Tarde: 15:00** | **2ª FEIRA 29/08** | **3ª FEIRA 30/08** | **4ª FEIRA 31/08** | **5ª FEIRA 01/09** | **6ª FEIRA 02/09** |
| Risoto de frango  Salada de repolho | Pão com doce de fruta  Chá de abacaxi | Arroz e Feijão com farofa de carne de porco  Salada de alface | Sagu de Uva  Maçã | Sopa de feijão com massa  Banana |
| **Lanche**  **Manhã: 9:30**  **Tarde: 15:00** | **2ª FEIRA 05/09** | **3ª FEIRA 06/09** | **4ª FEIRA 07/09** | **5ª FEIRA 08/09** | **6ª FEIRA 09/09** |
| Carreteiro (arroz com carne de gado)  Salada de repolho | Cuca  Banana  Suco de laranja | FERIADO  DIA DA INDEPENDÊNCIA | Bolacha de fubá  Maçã | Arroz e Feijão com carne de gado em molho  Salada de alface |
| **Lanche**  **Manhã: 9:30**  **Tarde: 15:00** | **2ª FEIRA 12/09** | **3ª FEIRA 13/09** | **4ª FEIRA 14/09** | **5ª FEIRA 15/09** | **6ª FEIRA 16/09** |
| Polenta com carne moída  em molho  Salada de alface | Pão com frango desfiado  Chá de abacaxi | Arroz e Feijão com carne moída em molho  Salada de alface | Leite e sucrilhos  Banana | Bolo salgado de frango  Maçã |
| **Lanche**  **Manhã: 9:30**  **Tarde: 15:00** | **2ª FEIRA 19/09** | **3ª FEIRA 20/09** | **4ª FEIRA 21/09** | **5ª FEIRA 22/09** | **6ª FEIRA 23/09** |
| Macarrão ao molho de frango  Salada de alface | Torta de bolacha  Suco de Uva | Arroz e Feijão com strogonoff  de gado  Salada de repolho | Bolacha de limão  Banana | Risoto de frango  Maçã |

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE QUILOMBO - SC**

 **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Composição nutricional (Média mensal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 331,28 | 47,10 g | 12,35 g | 7,28 g |
| 57% | 15% | 20% |

**Luana Provensi**

**Nutricionista CRN10 5218**