** SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE QUILOMBO – SC**

**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **MODALIDADE DE ENSINO** *Creche* **ZONA** *(urbana)* **FAIXA ETÁRIA** *(12 meses – 4 anos)* **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* | | | | | |
| **AGOSTO 2022** | | | | | |
| **Lanche da manhã 08h15min** | **2ª FEIRA** | **3ª FEIRA** | **4ª FEIRA** | **5ª FEIRA** | **6ª FEIRA** |
| 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 s/açúcar  Leite morno com cacau  Fruta |
| **Almoço 10h015min** |
| Polenta com molho de carne moída/arroz e salada | Arroz e feijão e batatinha em molho e salada | Macarrão com molho de frango e salada | Arroz e Lentilha com carne de gado em molho e salada | Risoto de frango e salada |
| **Lanche da tarde**  **13h30min** |  | | | | |
| Frutas | Esfira com suco de uva | Frutas | Bolo (com uva-passa) e chá de frutas | Frutas |
| **Janta**  **16h00min** |
| Sopa de lentilha c/arroz | Sopa de Feijão com arroz | Bolo salgado de carne moída | Polenta com molho de carne moída | Macarrão com molho de carne moída |
| **Ceia**  **18h00min** |  | | | | |
| Frutas | Frutas | Frutas | Frutas | Frutas |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Composição**  **Nutricional**  **(Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)**  **55% a 65% do VET** | **PTN (g)**  **10% a 15% do VET** | **LPD (g)**  **15% a 30% do VET** | **Vit. A (mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca (mg)** | **Fe (mg)** |
| 273,45 | 42,90 g | 10,33 g | 6,28 g |  |  |  |  |
| 62% | 15% | 21% |  |  |  |  |



**Luana Provensi**

**Nutricionista CRN10 5218**

** SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE QUILOMBO – SC**

**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **MODALIDADE DE ENSINO** *Creche* **ZONA** *(urbana)* **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* | | | | | |
| **AGOSTO 2022** | | | | | |
| **Lanche da manhã 08h15min** | **2ª FEIRA** | **3ª FEIRA** | **4ª FEIRA** | **5ª FEIRA** | **6ª FEIRA** |
| 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 s/açúcar  Leite morno com cacau  Fruta |
| **Almoço 10h015min** |
| Polenta (molinha) com molho de carne moída/arroz (bem cozido molhado) e salada cozida | Arroz (bem cozido molhado) / feijão (bem cozido amassado) batatinha em molho  (amassado) e salada | Macarrão com molho de frango (bem cozido molhado) e salada cozida | Arroz (bem cozido molhado) / Lentilha(cremosa)/Carne gado em molho (bem picado e bem cozida molinha ) e salada cozida | Risoto de frango (bem cozido) e salada |
| **Lanche da tarde**  **13h30min** |  | | | | |
| **6 meses**: Frutas amassadas  **8 meses**: Frutas | **6 meses**: Frutas amassadas  **8 meses**: Bolo s/ açúcar | **6 meses**: Frutas amassadas  **8 meses**: Frutas | **6 meses**: Frutas amassadas  **8 meses**: Bolo (com uva-passa) e chá de frutas | **6 meses**: Frutas amassadas  **8 meses**: Esfira molhada e suco de uva s/ açúcar |
| **Janta**  **16h00min** |
| Sopa de lentilha c/arroz (amassado) | Sopa de Feijão com arroz (amassado) | Bolo salgado de carne moída (molhado) | Polenta com molho de carne moída (bem cozida molinha) | Macarrão com molho de carne moída (bem cozido molhado) |
| **Ceia**  **18h00min** |  | | | | |
| Frutas (amassadas) | Frutas (amassadas) | Frutas (amassadas) | Frutas (amassadas) | Frutas (amassadas) |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Composição**  **Nutricional**  **(Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)**  **55% a 65% do VET** | **PTN (g)**  **10% a 15% do VET** | **LPD (g)**  **15% a 30% do VET** | **Vit. A (mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca (mg)** | **Fe (mg)** |
| 273,45 | 42,90 g | 10,33 g | 6,28 g |  |  |  |  |
| 62% | 15% | 21% |  |  |  |  |



**Luana Provensi**

**Nutricionista CRN10 5218**