

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO** *Ensino Fundamental I* **- FAIXA ETÁRIA** (06 - 10 anos de idade) **- PERÍODO** *Parcial* | | | | | |
| **Necessidades Alimentares Especiais:** *Esse cardápio possui alimentos alérgicos como ovo, tomate e glúten. Serão levados em consideração os alunos com restrições alimentares.* | | | | | |
| |  |  | | --- | --- | | **AGOSTO 2022** |  | | | | | | |
| **Lanche**  **Manhã: 9:30**  **Tarde: 15:30** | **2ª FEIRA 01/08** | **3ª FEIRA 02/08** | **4ª FEIRA 03/08** | **5ª FEIRA 04/08** | **6ª FEIRA 05/08** |
| Risoto de frango  Salada de repolho | Pão com melado  Chá ou suco de abacaxi | Leite achocolatado  Cuca  Banana | Arroz e Feijão com carne moída em molho Salada de alface | Sopa de feijão com arroz  Maçã |
| **Lanche**  **Manhã: 9:30**  **Tarde: 15:30** | **2ª FEIRA 08/08** | **3ª FEIRA 09/08** | **4ª FEIRA 10/08** | **5ª FEIRA 11/08** | **6ª FEIRA 12/08** |
| Carreteiro (arroz com carne de gado)  Salada de repolho | Sanduíche (Pão com frango desfiado)  Chá ou suco de abacaxi | Sopa de legumes com arroz  Maçã | Suco de laranja  Bolo Choconutri  Banana | Arroz e Feijão com carne de porco em molho  Salada de repolho |
| **Lanche**  **Manhã: 9:30**  **Tarde: 15:30** | **2ª FEIRA 15/08** | **3ª FEIRA 16/08** | **4ª FEIRA 17/08** | **5ª FEIRA 18/08** | **6ª FEIRA 19/08** |
| Polenta com carne moída em molho  Salada de alface | Pão com melado  Chá ou suco de abacaxi | Leite com café  Bolacha de açúcar mascavo  Banana | Arroz e Feijão com omelete  Salada de repolho | Risoto de frango  Maçã |
| **Lanche**  **Manhã: 9:30**  **Tarde: 15:30** | **2ª FEIRA 22/08** | **3ª FEIRA 23/08** | **4ª FEIRA 24/08** | **5ª FEIRA 25/08** | **6ª FEIRA 26/08** |
| Macarrão ao molho de frango  Salada de alface | Sanduíche (Pão com carne moída)  Chá ou suco de abacaxi | Bolo salgado de frango  Banana | Arroz e Feijão com carne de gado em molho  Salada de repolho | Leite com café  Biscoito doce ou salgado  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** |
| 327,74 | 50,01 g | 9,8 g | 7,02 g |
| 61% | 12% | 19% |

**Luana Provensi**

**Nutricionista CRN10 5218**