

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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/ OUTUBRO 2022** |  | | | | | | |
| **Lanche**  **Manhã: 9:30**  **Tarde: 15:00** | **2ª FEIRA 26/09** | **3ª FEIRA 27/09** | **4ª FEIRA 28/09** | **5ª FEIRA 29/09** | **6ª FEIRA 30/09** |
| Carreteiro (arroz com carne de gado)  Salada de repolho | Pão com melado  Suco de laranja | Arroz e Feijão com carne suína em molho  Salada de alface | Bolacha de açúcar mascavo  Maçã | Sopa de feijão com massa  Banana |
| **Lanche**  **Manhã: 9:30**  **Tarde: 15:00** | **2ª FEIRA 03/10** | **3ª FEIRA 04/10** | **4ª FEIRA 05/10** | **5ª FEIRA 06/10** | **6ª FEIRA 07/10** |
| Polenta com carne moída em molho  Salada de alface | Cuca  Maçã  Suco de abacaxi | Arroz e Feijão com iscas de frango em molho  Salada de alface | DIA DO MUNICÍPIO | Bolacha de fubá  Banana |
| **Lanche**  **Manhã: 9:30**  **Tarde: 15:00** | **2ª FEIRA 10/10** | **3ª FEIRA 11/10** | **4ª FEIRA 12/10** | **5ª FEIRA 13/10** | **6ª FEIRA 14/10** |
| Risoto de frango  Salada de repolho | Pão com carne moída  Suco de Uva | DIA DAS CRIANÇAS | Iogurte  Bolacha de Maisena  Banana | Bolo Choconutri  Maçã |
| **Lanche**  **Manhã: 9:30**  **Tarde: 15:00** | **2ª FEIRA 17/10** | **3ª FEIRA 18/10** | **4ª FEIRA 19/10** | **5ª FEIRA 20/10** | **6ª FEIRA 21/10** |
| Macarrão com carne moída em molho  Salada de alface | Pão com doce de fruta  Maçã | Arroz e Feijão com carne de gado em molho  Salada de alface | Leite com café  Biscoito doce  Banana | Risoto de frango |

**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** |
| 345,74 | 54,4 g | 12,88 g | 7,96 g |
| 63% | 15% | 21% |

**Luana Provensi**

**Nutricionista CRN10 5218**