 **SECRETRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE QUILOMBO – SC**

**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **MODALIDADE DE ENSINO** *Creche* **ZONA** *(urbana)* **FAIXA ETÁRIA** *(01 - 04 anos)* **PERÍODO** *Parcial*  **HORÁRIOS: Lanche da manhã 1: 8:05h/Lanche da manhã 2 10:30h / Lanche da Tarde 1: 13:45h / Lanche da tarde 2:15:45h** | | | | | |
| **Necessidades Alimentares Especiais:** *Esse cardápio possui alimentos alérgicos como ovo, tomate, leite e glúten. Serão levados em consideração os alunos com restrições alimentares* **Observação**: *cardápio sujeito a alterações* | | | | | |
| **NOVEMBRO/DEZEMBRO 2022** | | | | | |
| **1ª SEMANA E 3ª SEMANA (21 A 25/11 E 05 À 09/12)** | | | | | |
| **Lanche 1**  **Manhã: 08h05min**  **Tarde**  **13h45min** | **2ª FEIRA** | **3ª FEIRA** | **4ª FEIRA** | **5ª FEIRA** | **6ª FEIRA** |
| 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) |
| **Lanche 2**  **Manhã: 10h030min**  **Tarde**  **15h45min** |
| Polenta com molho de carne moída com cenoura  Salada de Beterraba | Risoto de frango  Salada de repolho | Arroz e Feijão com carne moída em molho  Salada de alface | Carreteiro (arroz com carne de gado em cubos) Salada de cenoura | Macarrão com frango em molho  Salada de Brócolis |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **LPD (g)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 354,65 | 52,87 g | 11,63 g | 8,17 g |
| 60% | 13% | 21% |



**Luana Provensi**

**Nutricionista CRN10 5218**

 **SECRETRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE QUILOMBO – SC**

**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **MODALIDADE DE ENSINO** *Creche* **ZONA** *(urbana)* **FAIXA ETÁRIA** *(01 - 04 anos)* **PERÍODO** *Parcial*  **HORÁRIOS: Lanche da manhã: 8:05h/Almoço 10:30h / Lanche da Tarde: 13:45h / lanche da tarde 2:15:45h** | | | | | |
| **Necessidades Alimentares Especiais:** *Esse cardápio possui alimentos alérgicos como ovo, tomate, leite e glúten. Serão levados em consideração os alunos com restrições alimentares* **Observação**: *cardápio sujeito a alterações* | | | | | |
| **NOVEMBRO/DEZEMBRO 2022** | | | | | |
| **2ª SEMANA E 4ª SEMANA (28/11 A 02/12 E 11 À 16/12)** | | | | | |
| **Lanche 1**  **Manhã: 08h05min**  **Tarde**  **13h45min** | **2ª FEIRA** | **3ª FEIRA** | **4ª FEIRA** | **5ª FEIRA** | **6ª FEIRA** |
| 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) |
| **Lanche 2**  **Manhã: 10h030min**  **Tarde**  **15h45min** |
| Risoto de frango  Salada de repolho | Polenta com molho de carne moída  Salada de cenoura | Arroz, feijão com carne de gado em cubos em molho  Salada de beterraba | Sopa de lentilha com massinha | Macarrão com frango em molho  Salada de brócolis |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **LPD (g)** |  |  |  |  |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |  |  |  |  |
| 356,02 | 51,19g | 12,05 g | 7,98 g |  |  |  |  |
| 58% | 13% | 20% |  |  |  |  |

**OBS: última semana servir MELANCIA juntamente com as outras frutas**



**Luana Provensi**

**Nutricionista CRN10 5218**