|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Secretaria Municipal de Educação de Ipumirim/SC**  **Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE**    **Núcleo Educacional Municipal Professor Claudino Locatelli**  **Cardápio Pré-Escola I (4 - 5 anos) Zona Urbana**  **C:\Users\PMI700\Desktop\EDUCAÇÃO\14 - Copia.jpgC:\Users\PMI700\Desktop\EDUCAÇÃO\14.jpg Período Integral** | | | | | | | | | | | | |
| **OUTUBRO / 2022** | | | | | | | | | | | | |
| **Refeição / Horário** | | **2ª FEIRA 03/10** | | | **3ª FEIRA 04/10** | | **4ª FEIRA 05/10** | | **5ª FEIRA 06/10** | | **6ª FEIRA 07/10** | |
| **Lanche da manhã**  **8h40 as 9h00** | | Leite + café  Pão + doce de leite  Maçã / Manga | | | Leite + cacau  Pão + creme vegetal  Banana / Abacaxi | | Leite + café  Bolo de cenoura  Maçã / Goiaba | | Leite + cacau  Cuca simples  Banana / Melão | | Leite + café  Pão + frango  Maçã / Manga | |
| **Almoço**  **11h05 as 11h35** | | Arroz + feijão  Carne moída bovina  Tomate | | | Arroz + feijão  Omelete  Beterraba cozida | | Risoto com  Frango (desfiado)  Alface | | Arroz + feijão  Carne moída suína  Tomate + Acelga | | Arroz + feijão  Carne moída de frango  Couve-flor | |
| **Lanche da tarde**  **14h40 as 15h00** | | Chá  Waffle + fruta | | | Suco de uva  Pão de queijo + fruta | | Iogurte  Rosquinha + fruta | | Chá  Bolo de fubá + fruta | | Suco de uva  Biscoito + fruta | |
| **Refeição / Horário** | | **2ª FEIRA 10/10** | | | **3ª FEIRA 11/10** | | **4ª FEIRA 12/10** | | **5ª FEIRA 13/10** | | **6ª FEIRA 14/10** | |
| **Lanche da manhã**  **8h40 as 9h00** | | Leite + cacau  Cuca simples  Maçã / Manga | | | Leite + café  Pão + melado  Banana / Abacaxi | |  | | Leite + café  Rosquinha doce  Banana / Melão | | Leite + cacau  Pão + creme vegetal  Maçã / Manga | |
| **Almoço**  **11h05 as 11h35** | | Arroz + feijão  Coraçãozinho  Repolho | | | Risoto com  Frango (desfiado)  Alface | | **FERIADO** | | Macarrão  Carne moída bovina  Beterraba cozida | | Arroz + feijão  Carne moída suína  Acelga | |
| **Lanche da tarde**  **14h40 as 15h00** | | Suco de uva  Waffle + fruta | | | Iogurte  Biscoito + fruta | |  | | Chá  Cachorro quente + fruta | | Chá  Minipizza + fruta | |
| **Refeição / Horário** | | **2ª FEIRA 17/10** | | | **3ª FEIRA 18/10** | | **4ª FEIRA 19/10** | | **5ª FEIRA 20/10** | | **6ª FEIRA 21/10** | |
| **Lanche da manhã**  **8h40 as 9h00** | | Leite + café  Cuca simples  Maçã / Manga | | | Leite + cacau  Pão + doce de leite  Banana / Abacaxi | | Leite + café  Bolo de banana  Maçã / Goiaba | | Leite + cacau  Pão + creme vegetal  Banana / Melão | | Leite + café  Pão + doce de fruta  Maçã / Melancia | |
| **Almoço**  **11h05 as 11h35** | | Arroz + feijão  Omelete  Tomate | | | Arroz + feijão  Carne moída de frango  Beterraba cozida | | Polenta  Ragu suíno  Repolho colorido | | Risoto com  Frango (desfiado)  Tomate + Acelga | | Arroz + feijão  Coxinha assada  Couve-flor | |
| **Lanche da tarde**  **14h40 as 15h00** | | Iogurte  Rosquinha + fruta | | | Chá  Pão de queijo + fruta | | Suco de uva  Waffle + fruta | | Chá  Bolo de chocolate + fruta | | Suco de uva  Biscoito + fruta | |
| **Refeição / Horário** | | **2ª FEIRA 24/10** | | | **3ª FEIRA 25/10** | | **4ª FEIRA 26/10** | | **5ª FEIRA 27/10** | | **6ª FEIRA 28/10** | |
| **Lanche da manhã**  **8h40 as 9h00** | | Leite + café  Cuca simples  Maçã / Manga | | | Leite + cacau  Pão + mel  Banana / Abacaxi | | Leite + café  Bolo de limão  Maçã / Melancia | | Leite + cacau  Pão + creme vegetal  Banana / Melão | | Leite + café  Pão + frango  Maçã / Manga | |
| **Almoço**  **11h05 as 11h35** | | Arroz + feijão  Coraçãozinho  Repolho | | | Arroz + feijão  Omelete  Tomate | | Feijão  Macarrão  Carne bovina moída  Alface | | Risoto com  Frango (desfiado)  Acelga | | Arroz + feijão  Carne moída de frango  Beterraba cozida | |
| **Lanche da tarde**  **14h40 as 15h00** | | Iogurte  Rosquinha + fruta | | | Chá  Pão de queijo + fruta | | Suco de uva  Waffle + fruta | | Chá  Minipizza + fruta | | Suco de uva  Bolacha caseira + fruta | |
| **Refeição / Horário** | | **2ª FEIRA 31/10** | | | **3ª FEIRA 27/09** | | **4ª FEIRA 28/09** | | **5ª FEIRA 29/09** | | **6ª FEIRA 30/09** | |
| **Lanche da manhã**  **8h40 as 9h00** | | Leite + café  Sanduíche  Maçã / Manga | | | Leite + cacau  Pão + requeijão  Banana / Abacaxi | | Leite + café  Bolo de cenoura  Maçã / Goiaba | | Leite + cacau  Pão + doce de leite  Banana / Melão | | Leite + café  Bolo de laranja  Maçã / Melancia | |
| **Almoço**  **11h05 as 11h35** | | Arroz + feijão  Omelete  Tomate | | | Arroz + feijão  Carne moída suína  Beterraba cozida | | Macarrão  Carne moída bovina  Repolho colorido | | Polenta  Ragu suíno  Tomate + Acelga | | Arroz + feijão  Coxinha assada  Couve-flor | |
| **Lanche da tarde**  **14h40 as 15h00** | | Iogurte  Rosquinha + fruta | | | Chá  Pão de queijo + fruta | | Suco de uva  Waffle + fruta | | Chá  Cuca recheada + fruta | | Sagu de uva  Biscoito + fruta | |
|  | 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 | | **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES,**  **SEM AVISO PRÉVIO** | |  |
| 937 | 167g - 69% | | 22g - 10% | | 22g - 21% | |
| Nutricionista PNAE Maikeli Frozza – CRN 10.3519 | | | | | | | | | | |