|  |
| --- |
|  **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 + caféPão + doce de leiteMaçã / Manga | Leite + cacauPão + creme vegetalBanana / Abacaxi | Leite + caféBolo de cenouraMaçã / Goiaba | Leite + cacauCuca simplesBanana / Melão | Leite + caféPão + frangoMaçã / Manga  |
| **Almoço****11h05 as 11h35** | Arroz + feijãoCarne moída bovinaTomate  | Arroz + feijãoOmelete Beterraba cozida  | Risoto comFrango (desfiado)Alface | Arroz + feijãoCarne moída suína Tomate + Acelga  | Arroz + feijãoCarne moída de frangoCouve-flor  |
| **Lanche da tarde** **14h40 as 15h00** | CháWaffle + fruta | Suco de uva Pão de queijo + fruta | IogurteRosquinha + fruta | Chá Bolo de fubá + fruta | Suco de uvaBiscoito + 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 + cacauCuca simplesMaçã / Manga | Leite + caféPão + meladoBanana / Abacaxi |  | Leite + caféRosquinha doceBanana / Melão | Leite + cacau Pão + creme vegetalMaçã / Manga  |
| **Almoço****11h05 as 11h35** | Arroz + feijãoCoraçãozinho Repolho  | Risoto comFrango (desfiado)Alface | **FERIADO** | MacarrãoCarne moída bovinaBeterraba cozida  | Arroz + feijãoCarne moída suína Acelga  |
| **Lanche da tarde** **14h40 as 15h00** | Suco de uvaWaffle + fruta | IogurteBiscoito + 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 + caféCuca simples Maçã / Manga | Leite + cacauPão + doce de leiteBanana / Abacaxi | Leite + caféBolo de bananaMaçã / Goiaba | Leite + cacauPão + creme vegetalBanana / Melão | Leite + caféPão + doce de frutaMaçã / Melancia  |
| **Almoço****11h05 as 11h35** | Arroz + feijãoOmelete Tomate  | Arroz + feijãoCarne moída de frangoBeterraba cozida  | Polenta Ragu suíno  Repolho colorido  | Risoto comFrango (desfiado)Tomate + Acelga  | Arroz + feijãoCoxinha assadaCouve-flor  |
| **Lanche da tarde** **14h40 as 15h00** | Iogurte Rosquinha + fruta | Chá Pão de queijo + fruta | Suco de uvaWaffle + fruta | Chá Bolo de chocolate + fruta | Suco de uvaBiscoito + 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 + caféCuca simplesMaçã / Manga | Leite + cacauPão + melBanana / Abacaxi | Leite + caféBolo de limãoMaçã / Melancia | Leite + cacauPão + creme vegetalBanana / Melão | Leite + caféPão + frangoMaçã / Manga  |
| **Almoço****11h05 as 11h35** | Arroz + feijãoCoraçãozinho Repolho  | Arroz + feijãoOmelete Tomate | FeijãoMacarrãoCarne bovina moídaAlface  | Risoto comFrango (desfiado)Acelga  | Arroz + feijãoCarne moída de frangoBeterraba cozida  |
| **Lanche da tarde** **14h40 as 15h00** | Iogurte Rosquinha + fruta | Chá Pão de queijo + fruta | Suco de uvaWaffle + fruta | Chá Minipizza + fruta | Suco de uvaBolacha 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 + caféSanduíche Maçã / Manga | Leite + cacauPão + requeijãoBanana / Abacaxi | Leite + caféBolo de cenouraMaçã / Goiaba | Leite + cacauPão + doce de leiteBanana / Melão | Leite + caféBolo de laranjaMaçã / Melancia  |
| **Almoço****11h05 as 11h35** | Arroz + feijãoOmelete Tomate  | Arroz + feijãoCarne moída suína Beterraba cozida  | Macarrão Carne moída bovina Repolho colorido  | Polenta Ragu suínoTomate + Acelga  | Arroz + feijãoCoxinha assadaCouve-flor  |
| **Lanche da tarde** **14h40 as 15h00** | Iogurte Rosquinha + fruta | Chá Pão de queijo + fruta | Suco de uvaWaffle + fruta | Chá Cuca recheada + fruta | Sagu de uvaBiscoito + 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 |