|  |
| --- |
|  **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** |
| **NOVEMBRO / 2022** |
| **Refeição / Horário** | **2ª FEIRA 31/10** | **3ª FEIRA 01/11** | **4ª FEIRA 02/11** | **5ª FEIRA 03/11** | **6ª FEIRA 04/11** |
| **Lanche da manhã** **8h40 as 9h00** | Leite + caféSanduícheMaçã / Manga | Leite + cacauBolo de cenouraBanana / Abacaxi |  | Leite + cacauMinipizzaBanana / Melão | Leite + caféPão + doce de frutaMaçã / Manga  |
| **Almoço****11h05 as 11h35** | Arroz + feijãoOmeleteTomate  | Arroz + feijãoCarne suína moídaBeterraba cozida  | **FERIADO** | Risoto comFrango (desfiado)Tomate + Acelga  | Arroz + feijãoOmeleteCouve-flor  |
| **Lanche da tarde** **14h40 as 15h00** | IogurteRosquinha + fruta | Suco de uva Pão de queijo + fruta |  | CháBolo de fubá + fruta | Suco de uvaBiscoito + fruta |
| **Refeição / Horário** | **2ª FEIRA 07/11** | **3ª FEIRA 08/11** | **4ª FEIRA 09/11** | **5ª FEIRA 10/11** | **6ª FEIRA 11/11** |
| **Lanche da manhã** **8h40 as 9h00** | Leite + cacauBiscoitoMaçã / Manga | Leite + caféPão + meladoBanana / Abacaxi | Leite + caféBolo de cacauMelancia /Pêssego | Leite + caféRosquinha doceBanana / Melão | Leite + cacau Pão + frangoMaçã / Manga  |
| **Almoço****11h05 as 11h35** | Arroz + feijãoCoraçãozinho Repolho  | Arroz + feijãoOmelete Alface | MacarrãoCarne moída bovinaBeterraba cozida  | PolentaRagu suínoTomate | Arroz + feijãoCarne moída suína Acelga  |
| **Lanche da tarde** **14h40 as 15h00** | Suco de uvaWaffle + fruta | IogurteBiscoito + fruta | Chá Pão de queijo + fruta | Chá Minipizza + fruta | Chá Biscoito + fruta |
| **Refeição / Horário** | **2ª FEIRA 14/11** | **3ª FEIRA 15/11** | **4ª FEIRA 16/11** | **5ª FEIRA 17/11** | **6ª FEIRA 18/11** |
| **Lanche da manhã** **8h40 as 9h00** | Leite + caféBiscoitoMaçã / Manga |  | Leite + caféPão + doce de leiteAbacaxi / Goiaba | Leite + cacauBolo de bananaBanana / Melão | Leite + caféPão + queijoMaçã / Melancia  |
| **Almoço****11h05 as 11h35** | Arroz + feijãoOmelete Tomate  | **FERIADO** | Polenta Ragu suíno  Repolho colorido  | Risoto comcoraçãozinhoTomate + Acelga  | Arroz + feijãoCoxinha assadaCouve-flor  |
| **Lanche da tarde** **14h40 as 15h00** | Iogurte Rosquinha + fruta |  | Suco de uvaWaffle + fruta | Chá Pão de queijo + fruta | Suco de uvaBolo de laranja + fruta |
| **Refeição / Horário** | **2ª FEIRA 21/11** | **3ª FEIRA 22/11** | **4ª FEIRA 23/11** | **5ª FEIRA 24/11** | **6ª FEIRA 25/11** |
| **Lanche da manhã** **8h40 as 9h00** | Leite + caféSanduícheMaçã / Manga | Leite + cacauPão + meladoBanana / Abacaxi | Leite + caféBolo de limãoMaçã / Melancia | Leite + cacauPão + creme vegetalBanana / Melão | Leite + caféBiscoitoMaçã / Manga  |
| **Almoço****11h05 as 11h35** | Arroz + feijãoCoraçãozinho Repolho  | Arroz + feijãoOmelete Tomate | MacarrãoCarne bovina moídaAlface  | Arroz + feijãoCarne moída suínaAcelga  | PolentaRagu suínoBeterraba 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 28/11** | **3ª FEIRA 29/11** | **4ª FEIRA 30/11** | **5ª FEIRA 01/12** | **6ª FEIRA 02/12** |
| **Lanche da manhã** **8h40 as 9h00** | Leite + caféBiscoitoMaçã / Manga | Leite + cacauPão + queijoBanana / Abacaxi | Leite + caféBolo de cenouraMaçã / Pêssego | Leite + cacauBiscoitoBanana / Melão | Leite + caféPão + doce de frutaMaçã / Melancia  |
| **Almoço****11h05 as 11h35** | Arroz + feijãoOmelete Tomate  | Arroz + feijãoCarne moída de frangoBeterraba cozida  | PolentaRagu 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 fubá + fruta | Suco 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 |