|  |
| --- |
| **Secretaria Municipal de Educação de Ipumirim/SC****Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE****Cardápio Ensino Fundamental (6 - 10 anos) Zona Rural – Período Parcial** **Núcleo Educacional Municipal Professor João Jacob Nicodem** |
| **NOVEMBRO / 2022** |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIOS** | **2ª FEIRA 31/10** | **3ª FEIRA 01/11** | **4ª FEIRA 02/11** | **5ª FEIRA 03/11** | **6ª FEIRA 04/11** |
| **Lanche da tarde** 15h30 as 15h45 | Leite com café Sanduíche comMortadela, queijo e creme vegetalFruta - Banana | Arroz com feijãoCarne moída suína Beterraba cozida  | **FERIADO**  | IogurteBiscoito salgadoFruta - Maçã  | Chá Pão branco com Doce de leite Fruta - Melancia  |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIOS** | **2ª FEIRA 07/11** | **3ª FEIRA 08/11** | **4ª FEIRA 09/11** | **5ª FEIRA 10/11** | **6ª FEIRA 11/11** |
| **Lanche da tarde** 15h30 as 15h45 | Suco de uvaBiscoito salgadoFruta - Banana | Arroz com feijãoOmeleteAlface | Macarrão espaguete Carne moída bovinaTomate + Acelga | Polenta cremosa Ragu suíno  Repolho colorido  | Leite com café Pão branco com Carne moída de frangoFruta - Maçã |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIOS** | **2ª FEIRA 14/11** | **3ª FEIRA 15/11** | **4ª FEIRA 16/11** | **5ª FEIRA 17/11** | **6ª FEIRA 18/11** |
| **Lanche da tarde** 15h30 as 15h45 | Leite com caféBiscoito doceFruta - Banana | **FERIADO**   | Chá Pão branco com doce de leite Fruta - Maçã  | Risoto comcoraçãozinho de frango Repolho colorido  | Suco de uvaBolo de fubáFruta - Melancia |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIOS** | **2ª FEIRA 21/11** | **3ª FEIRA 22/11** | **4ª FEIRA 23/11** | **5ª FEIRA 24/11** | **6ª FEIRA 25/11** |
| **Lanche da tarde** 15h30 as 15h45 | Leite com café Sanduíche comMortadela, queijo e creme vegetalFruta - Banana | Arroz com feijãoOmelete Tomate + Acelga | Macarrão espaguete Carne moída bovinaAlface  | Arroz com feijãoCarne moída suína Beterraba cozida  | Sagu de suco de uvaBiscoito salgadoFruta - Maçã |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIOS** | **2ª FEIRA 28/11** | **3ª FEIRA 29/11** | **4ª FEIRA 30/11** | **5ª FEIRA 01/12** | **6ª FEIRA 02/12** |
| **Lanche da tarde** 15h30 as 15h45 | Suco de uvaBiscoito salgadoFruta - Banana | Arroz com feijãoCarne moída de frangoBeterraba cozida  | Polenta cremosa Ragu suíno  Repolho colorido  | ArrozCarne bovina moída com batataCouve-flor | Chá Pão branco com doce de leiteFruta - Maçã |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ComposiçãoNutricional**(Média Semanal)** | **Energia (kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **LPD (g)** | **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES,****SEM AVISO PRÉVIO** |
| 368,7 | **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 61g - 65% | 11g - 12% | 9g - 23% |
| Nutricionista RT Maikeli Frozza – CRN 10.3519 |