|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 com  Mortadela, queijo e creme vegetal  Fruta - Banana | Arroz com feijão  Carne moída suína  Beterraba cozida | **FERIADO** | Iogurte  Biscoito salgado  Fruta - 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 uva  Biscoito salgado  Fruta - Banana | Arroz com feijão  Omelete  Alface | Macarrão espaguete  Carne moída bovina  Tomate + Acelga | Polenta cremosa  Ragu suíno  Repolho colorido | Leite com café  Pão branco com  Carne moída de frango  Fruta - 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 café  Biscoito doce  Fruta - Banana | **FERIADO** | Chá  Pão branco com  doce de leite  Fruta - Maçã | Risoto com  coraçãozinho de  frango  Repolho colorido | Suco de uva  Bolo de fubá  Fruta - 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 com  Mortadela, queijo e creme vegetal  Fruta - Banana | Arroz com feijão  Omelete  Tomate + Acelga | Macarrão espaguete  Carne moída bovina  Alface | Arroz com feijão  Carne moída suína  Beterraba cozida | Sagu de suco de uva  Biscoito salgado  Fruta - 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 uva  Biscoito salgado  Fruta - Banana | Arroz com feijão  Carne moída de frango  Beterraba cozida | Polenta cremosa  Ragu suíno  Repolho colorido | Arroz  Carne bovina moída com  batata  Couve-flor | Chá  Pão branco com  doce de leite  Fruta - Maçã |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Composição  Nutricional  **(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 | | | | | |