|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Secretaria Municipal de Educação de Ipumirim/SC**  **Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE**  **Cardápio Ensino Fundamental (11 - 15 anos) Zona Urbana – Período Parcial**  **Núcleo Educacional Municipal João Canton** | | | | | | |
| **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 manhã**  09h25 as 09h40  **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 | | Macarrão espaguete  Carne moída bovina  Repolho colorido |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIOS** | **2ª FEIRA 07/11** | **3ª FEIRA 08/11** | **4ª FEIRA 09/11** | **5ª FEIRA 10/11** | | **6ª FEIRA 11/11** |
| **Lanche da manhã**  09h25 as 09h40  **Lanche da tarde**  15h30 as 15h45 | Suco de uva  Biscoito salgado  Fruta - Banana | Polenta cremosa  Ragu suíno  Alface | Arroz com feijão  Coxinha de frango assada  Tomate + Acelga | Leite com café  Pão branco com  Carne moída de frango  Fruta - Melancia | | Macarrão espaguete  Carne moída bovina  Beterraba cozida |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIOS** | **2ª FEIRA 14/11** | **3ª FEIRA 15/11** | **4ª FEIRA 16/11** | **5ª FEIRA 17/11** | | **6ª FEIRA 18/11** |
| **Lanche da manhã**  09h25 as 09h40  **Lanche da tarde**  15h30 as 15h45 | Leite com café  Biscoito doce  Fruta - Banana | **FERIADO** | Risoto com  coraçãozinho de  frango  Repolho colorido | Chá  Bolo de laranja  Fruta - Maçã | | Arroz com feijão  Carne suína iscas acebolada  Tomate + Acelga |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIOS** | **2ª FEIRA 21/11** | **3ª FEIRA 22/11** | **4ª FEIRA 23/11** | **5ª FEIRA 24/11** | | **6ª FEIRA 25/11** |
| **Lanche da manhã**  09h25 as 09h40  **Lanche da tarde**  15h30 as 15h45 | Leite com café  Sanduíche com  Mortadela, queijo e creme vegetal  Fruta - Banana | Arroz com feijão  Omelete  Repolho colorido | Macarrão espaguete  Carne moída bovina  Alface | Suco de uva  Torta salgada  Fruta - Melancia | | Arroz com feijão  Carne moída suína  Beterraba cozida |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIOS** | **2ª FEIRA 28/11** | **3ª FEIRA 29/11** | **4ª FEIRA 30/11** | **5ª FEIRA 01/12** | | **6ª FEIRA 02/12** |
| **Lanche da manhã**  09h25 as 09h40  **Lanche da tarde**  15h30 as 15h45 | Suco de uva  Biscoito salgado  Fruta - Banana | Polenta cremosa  Ragu suíno  Tomate + Acelga | Risoto com  Frango (desfiado)  Alface | Chá  Pão branco com  doce de leite  Fruta - Maçã | Arroz com feijão  Carne moída de frango  Repolho colorido | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Composição  Nutricional  **(Média Semanal)** | **Energia (kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **LPD (g)** | **Cardápio sujeito a alterações.**  **Sem aviso prévio** |
| 510,2 | **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 80g – 60% | 17g – 14% | 15g – 26% |
| Nutricionista RT Maikeli Frozza– CRN 10.3519 | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Secretaria Municipal de Educação de Ipumirim/SC**  **Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE**  **ALMOÇOS**  **Cardápio Ensino Fundamental (11 - 15 anos) - Zona Urbana**  **Núcleo Educacional Municipal João Canton** | | | | | |
| **NOVEMBRO / 2022** | | | | | |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIO** |  | **4ª FEIRA 02/11** |  | **6ª FEIRA 04/11** |  |
| **Almoço**  11h15  12h00 |  | **FERIADO** |  | Macarrão espaguete  Carne moída bovina  Repolho colorido |  |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIO** |  | **4ª FEIRA 09/11** |  | **6ª FEIRA 11/11** |  |
| **Almoço**  11h15  12h00 |  | Arroz com feijão  Coxinha de frango assada  Tomate + Acelga |  | Macarrão espaguete  Carne moída bovina  Beterraba cozida |  |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIO** |  | **4ª FEIRA 16/11** |  | **6ª FEIRA 18/11** |  |
| **Almoço**  11h15  12h00 |  | Risoto com  coraçãozinho de  frango  Repolho colorido |  | Arroz com feijão  Carne suína iscas acebolada  Tomate + Acelga |  |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIO** |  | **4ª FEIRA 23/11** |  | **6ª FEIRA 25/11** |  |
| **Almoço**  11h15  12h00 |  | Macarrão espaguete  Carne moída bovina  Alface |  | Arroz com feijão  Carne moída suína  Beterraba cozida |  |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIO** |  | **4ª FEIRA 30/11** |  | **6ª FEIRA 02/12** |  |
| **Almoço**  11h15  12h00 |  | Risoto com  Frango (desfiado)  Alface |  | Arroz com feijão  Carne moída de frango  Repolho colorido |  |