|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Secretaria Municipal de Educação de Ipumirim/SC**  **Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE**  **Núcleo Educacional Municipal João Canton**  **Cardápio SEXTA 6° série e Alunos SENAI - Zona Urbana**  C:\Users\PMI700\Desktop\EDUCAÇÃO\14 - Copia.jpgC:\Users\PMI700\Desktop\EDUCAÇÃO\14.jpg **Período Integral** | | | | | | | | | | | | |
| **FEVEREIRO / 2023** | | | | | | | | | | | | |
| **Refeição / Horário** | | **2ª FEIRA 30/01** | | | **3ª FEIRA 31/01** | | **4ª FEIRA 01/02** | | **5ª FEIRA 02/02** | | **6ª FEIRA 03/02** | |
| **Lanche da manhã**  **8h40 as 9h00** | |  | | |  | |  | |  | |  | |
| **Almoço**  **11h05 as 11h35** | |  | | |  | |  | |  | |  | |
| **Lanche da tarde**  **14h40 as 15h00** | |  | | |  | |  | |  | |  | |
| **Refeição / Horário** | | **2ª FEIRA 06/02** | | | **3ª FEIRA 07/02** | | **4ª FEIRA 08/02** | | **5ª FEIRA 09/02** | | **6ª FEIRA 10/02** | |
| **Lanche da manhã**  **8h40 as 9h00** | |  | | |  | | Leite + cacau  Biscoito doce  Fruta | | Leite + café  Bolo fubá  Fruta | | Leite + cacau  Pão + carne moída frango  Fruta | |
| **Almoço**  **11h05 as 11h35** | |  | | |  | | Arroz + feijão  Ragu suíno  Alface | | Macarrão parafuso  Carne moída bovina  Repolho | | Arroz + feijão  Coxinha assada  Tomate | |
| **Lanche da tarde**  **14h40 as 15h00** | |  | | |  | | Chá  Cuca simples + fruta | | Suco de uva + biscoito + fruta | | Leite + café  Bolo salgado + fruta | |
| **Refeição / Horário** | | **2ª FEIRA 13/02** | | | **3ª FEIRA 14/02** | | **4ª FEIRA 15/02** | | **5ª FEIRA 16/02** | | **6ª FEIRA 17/02** | |
| **Lanche da manhã**  **8h40 as 9h00** | | Leite + cacau  Sanduíche (creme de leite, alface, cenoura)  Fruta | | | Leite + café  Biscoito  Fruta | | Leite + café  Pão + margarina  Fruta | | Leite + cacau  Pão + geléia  Fruta | | Leite + cacau  Pão + margarina  Fruta | |
| **Almoço**  **11h05 as 11h35** | | Arroz + feijão  Coraçãozinho  Tomate | | | Polenta cremosa  Isca suína  Beterraba cozida | | Arroz + feijão  Carne moída bovina  Acelga | | Macarrão parafuso  Carne moída frango  Chuchu cozido | | Arroz + feijão  Ragu suíno  Alface | |
| **Lanche da tarde**  **14h40 as 15h00** | | Chá  Mini pizza + fruta | | | Suco de uva  Pão + frango desfiado temperado + fruta | | Chá + Bolo Mesclado  + fruta | | Suco de uva  Biscoito + fruta | | Chá  Bolo de banana + fruta | |
| **Refeição / Horário** | | **2ª FEIRA 20/02** | | | **3ª FEIRA 21/02** | | **4ª FEIRA 22/02** | | **5ª FEIRA 23/02** | | **6ª FEIRA 24/02** | |
| **Lanche da manhã**  **8h40 as 9h00** | | Leite + cacau  Cuca simples  Fruta | | | Leite + café  Pão + margarina  Fruta | | Leite + cacau  Biscoito +  Fruta | | Leite + café  Mini pizza  Fruta | | Leite + cacau  Pão com geléia  Fruta | |
| **Almoço**  **11h05 as 11h35** | | Arroz + feijão  Carne moída de frango  Tomate | | | Macarrão  Carne moída bovina  Chuchu cozido | | Arroz + feijão  Carne suína acebolada  Alface | | Risoto de  Coxa e sobrecoxa  Repolho colorido | | Arroz + feijão  Carne moída frango  Tomate | |
| **Lanche da tarde**  **14h40 as 15h00** | | Chá  Pão com geléia  + fruta | | | Suco de uva  Bolo salgado + fruta | | Leite batido com banana e canela  Bolo doce + fruta | | Chá + biscoito  + fruta | | Suco de uva  Bolo de fubá + fruta | |
| **Refeição / Horário** | | **2ª FEIRA 27/02** | | | **3ª FEIRA 28/02** | | **4ª FEIRA 01/03** | | **5ª FEIRA 02/03** | | **6ª FEIRA 04/03** | |
| **Lanche da manhã**  **8h40 as 9h00** | | Leite + café  Biscoito doce  Fruta | | | Leite + cacau  Pão + queijo  Fruta | | Leite + café  Pão + margarina  Fruta | | Leite + cacau  Bolo de cenoura  Fruta | | Chá de ervas  Pão branco + alface + carne moída gado + Fruta | |
| **Almoço**  **11h05 as 11h35** | | Arroz + feijão  Coxa e sobrecoxa assada  Tomate | | | Polenta cremosa  Ragu suíno  Beterraba cozida | | Arroz + feijão preto  Carne moída de frango  Tomate + Acelga | | Macarrão gravatinha  Isca suína  Repolho | | Arroz + feijão  Coxinha assada  Couve-flor | |
| **Lanche da tarde**  **14h40 as 15h00** | | Chá  Cuca recheada + fruta | | | Suco de uva  Bolo + fruta | | Chá  Mini pizza + fruta | | Sopa de arroz, legumes e frango + fruta | | Leite + café  Pão com geléia + 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** | |  |
| 973,7 | 161g - 65% | | 27g - 11% | | 26g - 24% | |
| Nutricionista PNAE Mariana Kehl – CRN 10 4045 | | | | | | | | | | |