|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** | | | | | |
| **MARÇO/ 2023** | | | | | |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIOS** | **2ª FEIRA 27/02** | **3ª FEIRA 28/02** | **4ª FEIRA 01/03** | **5ª FEIRA 02/03** | **6ª FEIRA 03/03** |
| **Lanche da tarde**  15h30 as 15h45 | Leite com café  Biscoito doce  Fruta - maçã | Polenta cremosa  Ragú suíno  Repolho | Macarrão  Carne de frango  Beterraba ralada | Leite com café  Pão + geléia  Fruta - banana | Arroz + feijão  Carne de gado  Alface |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIOS** | **2ª FEIRA 06/03** | **3ª FEIRA 07/03** | **4ª FEIRA 08/03** | **5ª FEIRA 09/03** | **6ª FEIRA 10/03** |
| **Lanche da tarde**  15h30 as 15h45 | Suco de uva  Pão com carne de frango em molho  Fruta - maçã | Arroz + Feijão  Omelete  Repolho | Chá de maçã  Cuca simples  Fruta - banana | Macarrão  Carne moída bovina  **Acelga** | Leite com cacau  Bolo mesclado  Fruta - maçã |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIOS** | **2ª FEIRA 13/03** | **3ª FEIRA 14/03** | **4ª FEIRA 15/03** | **5ª FEIRA 16/03** | **6ª FEIRA 17/03** |
| **Lanche da tarde**  15h30 as 15h45 | Suco de manga  Pão + Doce de leite  Fruta - Banana | Polenta cremosa  Isca suína  Chuchu cozido | Arroz + feijão  Carne moída bovina  Acelga | Macarrão  Carne de frango  Alface | Chá de ervas  Pão branco + carne bovina + acelga  Fruta - Maçã |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIOS** | **2ª FEIRA 20/03** | **3ª FEIRA 21/03** | **4ª FEIRA 22/03** | **5ª FEIRA 23/03** | **6ª FEIRA 24/03** |
| **Lanche da tarde**  15h30 as 15h45 | Vitamina de banana com canela Pão com queijo  Fruta - Maçã | Arroz + feijão  Carne suína acebolada  Repolho colorido | Risoto com  Carne de frango  Alface | Macarrão  Carne de gado  Chuchu cozido | Chá  Torta salgada (legumes + carne)  Fruta - Banana |
| **REFEIÇÃO / HORÁRIOS** | **2ª FEIRA 27/03** | **3ª FEIRA 28/03** | **4ª FEIRA 29/03** | **5ª FEIRA 30/03** | **6ª FEIRA 31/03** |
| **Lanche da tarde**  15h30 as 15h45 | Leite com café  Biscoito doce  Fruta - Banana | Polenta cremosa  Carne de frango em molho  Acelga | Arroz + feijão  Carne isca suína acebolada  Tomate | Suco de uva  Cuca simples  Fruta – Maçã | Macarrão  Carne de frango  Alface |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Composição  Nutricional  **(Média Semanal)** | **Energia (kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **LPD (g)** | **Cardápio sujeito a alterações.**  **Sem aviso prévio** |
| 340,5 | **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 58g - 67% | 9g - 11% | 8g - 22% |
| Nutricionista RT Mariana Kehl – CRN 10 4045 | | | | | |