**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAOCA – PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL**

 **PERÍODO INTEGRAL (70% DAS NECESSIDADES)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **3ªSEMANA** | FEVEREIRO2024 | ***Segunda-feira******12/02/2024*** | ***Terça-feira******13/02/2024*** | ***Quarta-feira******14/02/2024*** | ***Quinta-feira******15/02/2024*** | ***Sexta-feira******16/02/2024*** |
| **8:15** |  |  |  | SUCO DE MANGA,PÃO COM CARNE MOÍDA | LEITE COM CACAU,PÃO COM OVO |
| **10:20** |  |  |  | BANANA | MAÇÃ |
| **12:00** |  |  |  | ARROZ, FEIJÃOCARNE BOVINA EM CUBOS COM BATATA,SALADA DE ALFACE | ARROZ COM AÇAFRÃO, FEIJÃO,LOMBO SUÍNO COZIDO,BATATA E CENOURA COZIDAS, |
| **15:10** |  |  |  | SUCO DE POLPA DE FRUTA,PIPOCA SALGADA,MAÇÃ | SUCO DE POLPA DE FRUTA,BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CHOCOLATE |
| **COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média da semana)** |
|  | **Pré escola** | Kcal930 | CHO73,25 | PTN10,71 | LIP6,30 | Kcal930 | CHO73,25 | PTN10,71 | LIP6,30 | Kcal910 | CHO73,25 | PTN10,71 | LIP6,30 | Kcal920 | CHO73,25 | PTN10,71 | LIP6,30 | Kcal920 | CHO73,25 | PTN10,71 | LIP6,30 |
|  | **Ensino fundamental** | Kcal1010 | CHO73,25 | PTN10,71 | LIP6,30 | Kcal1012 | CHO73,25 | PTN10,71 | LIP6,30 | Kcal910 | CHO73,25 | PTN10,71 | LIP6,30 | Kcal1011 | CHO73,25 | PTN10,71 | LIP6,30 | Kcal1021 | CHO73,25 | PTN10,71 | LIP6,30 |

1. O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e sazonalidade dos alimentos.
2. Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, alho, tomate, óleo de girassol, salsa e outras ervas aromáticas.
3. A fruta poderá ser adiantada conforme sua maturação caso seja necessário.
4. Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

 **NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: JAMILE RODRIGUES CRN 39573**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **4ªSEMANA** | FEVEREIRO2024 | ***Segunda-feira******19/02/2024*** | ***Terça-feira******20/02/2024*** | ***Quarta-feira******21/02/2024*** | ***Quinta-feira******22/02/2024*** | ***Sexta-feira******23/02/2024*** |
| **8:15** | CHÁ DE ERVA CIDREIRA,PÃO COM REQUEIJÃO | LEITE COM CACAU,BISCOITO DOCE,MAMÃO | CHÁ DE CAMOMILA,PÃO COM REQUEIJÃO | LEITE COM CACAU,BOLO DE BANANA COM AVEIA | CHÁ MATTE,PÃO COM OVO |
| **10:20** |  MAÇÃ | BANANA | MAMÃO | LARANJA | MELÃO |
| **12:00** | ARROZ, FEIJÃOFAROFA DE OVO COM ABOBRINHA E MILHO VERDE,SALADA DE TOMATE | ARROZ, FEIJÃO,ESTROGONOFE DE FRANGO,BATATA SALTEADA,SALADA DE ALFACE | ARROZ, FEIJÃOALMÔNDEGAS AO MOLHO,CHUCHU COZIDO,SALADA DE CNOURA CRUA RALADA | ARROZ, FEIJÃOFAROFA DE PEITO DE FRANGO DESFIADO,BATATA COZIDA,SALADA DE TOMATE | ARROZ, FEIJÃO,MACARRÃO AO MOLHO,CHUCHU COZIDO,SALADA DE TOMATE COM CENOURA CRUA |
| **15:10** | LARANJA | MAÇÃ | BANANA | MELÃO | MAÇÃ |
| **COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média da semana)** |
|  | **Pré escola** | Kcal912 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 | Kcal915 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 | Kcal917 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 | Kcal912 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 | Kcal912 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 |
|  | **Ensino fundamental** | Kcal1027 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 | Kcal1021 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 | Kcal1032 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 | Kcal1027 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 | Kcal1027 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 |

1. O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e sazonalidade dos alimentos.
2. Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, alho, tomate, óleo de girassol, salsa e outras ervas aromáticas.
3. A fruta poderá ser adiantada conforme sua maturação caso seja necessário
4. Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

 **NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: JAMILE RODRIGUES CRN 39573**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **5ªSEMANA** | FEVEREIRO2024 | ***Segunda-feira******26/02/2024*** | ***Terça-feira******27/02/2024*** | ***Quarta-feira******28/02/2024*** | ***Quinta-feira******29/02/2024*** | ***Sexta-feira*** |
| **8:15** | LEITE QUENTE COM CANELA,PÃO COM REQUEIJÃO | LEITE BATIDO COM MARACUJÁ GELADO,BISCOITO DOCE | CHÁ DE CAMOMILA,PÃO COM REQUEIJÃO | CHÁ MATTE,VIRADO DE OVO |  |
| **10:20** | MAÇÃ | BANANA | BANANA | LARANJA |  |
| **12:00** | ARROZ, FEIJÃOFAROFA DE OVO COM CENOURA CRUA RALADA E MILHO VERDE,SALADA DE TOMATE,SUCO DE POLPA DE FRUTA | ARROZ, FEIJÃOCARNE MOÍDA REFOGADA,CHUCHU COZIDO,SALADA DE ALFACE, | ARROZ, FEIJÃOESTROGONOFE DE FRANGO,CENOURA COZIDA,SALADA DE TOMATE,SUCO DE POLPA DE FRUTA | ARROZ, FEIJÃOMACARRÃO AO ALHO E ÓLEO,LOMBO SUÍNO COZIDO,CHUCHU COZIDO,SALADA DE CENOURA CRUA RALADA, |  |
| **15:10** | BANANA | PÊRA | MELÃO | MANGA |  |
| **COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)** |
|  | **Pré escola** | Kcal912 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 | Kcal912 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 | Kcal912 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 | Kcal912 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 | Kcal912 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 |
|  | **Ensino fundamental** | Kcal1015 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 | Kcal912 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 | Kcal912 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 | Kcal912 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 | Kcal1015 | CHO35,29 | PTN36,14 | LIP14,18 |

1. O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e sazonalidade dos alimentos.
2. Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, alho, tomate, óleo de girassol, salsa e outras ervas aromáticas.
3. A fruta poderá ser adiantada conforme sua maturação caso seja necessário
4. Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

 **NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: JAMILE RODRIGUES CRN 39573**