SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE IVATÉ/PARANÁ PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

|  |
| --- |
| CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (6 - 10 ANOS) |
| 05/2023 (Semana de 22/05/2023 à 26/05/2023) |
|  | **2ª FEIRA****22/05/2023** | **3ª FEIRA****23/05/2023** | **4ª FEIRA****24/05/2023** | **5ª FEIRA****25/05/2023** | 6ª FEIRA26/05/2023 |
| Café da Manhã 07:45 | Mingau de chocolate | LEITE ACHOCOLATADOBiscoito de maisena | Chá mate Crepioca com requeijão | Pão caseiro com manteiga LEITE ACHOCOLATADO | Leite batido Cacau e Canela Pão caseiro com Requeijão |
| Almoço 10:00 | Arroz Branco FeijãoCarne cozida com Mandioca Salada de hortaliças FRUTAS | Arroz Branco FeijãoSopa de mandioca cremosa com frango Salada de legumes FRUTAS | Arroz Branco FeijãoCarne moída com legumes Salada de hortaliças FRUTAS | Arroz Branco FeijãoPurê de batata Frango dourado na pressãoSalada de folhas FRUTAS | Arroz Branco FeijãoTortilha de batata com ovos Salada de legumes FRUTAS |
| Lanche da Tarde 12:00 | Leite achocolatado Crepioca com requeijão | Suco de Abacaxi Pão com presunto | Leite gelado com chocolatePão com linguiça | Suco de laranja com cenoura Pão com carne moída | Leite gelado com chocolate Pão com queijo |
| Jantar 15:00 | Arroz Branco FeijãoFricassê de Frango com batata Salada de folhasFRUTAS | Arroz Branco FeijãoAlmôndegas ao sugo Salada de folhas FRUTAS | Sopa de macarrão com carne Baião de doisSalada de folhas FRUTAS | Arroz Branco FeijãoMacarrão a bolonhesa Salada de hortaliças FRUTAS | Arroz Branco Feijão Linguiça na pressão ou assada Salada de folhas FRUTAS |
| Composição Nutricional (Média Semanal) | **Kcal** | **CHO****(g)** | **PTN****(g)** | **LPD****(g)** | **G. Sat. (g)** | **G. Trans (g)** | **Fibras (g)** | **Vit A (mcg)** | **Vit C (mg)** | **Ca (mg)** | **Fe (mg)** | **Mg (mg)** | **Zn (mg)** | Na (mg) |
| 1200.0 | 183.3 | 55.3 | 28.3 | 10.8 | 0.4 | 19.7 | 169.1 | 135.0 | 494.7 | 9.5 | 258.9 | 8.2 | 609.8 |

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE IVATÉ/PARANÁ PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

|  |
| --- |
| CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (6 - 10 ANOS) |
| 05/2023 (Semana de 22/05/2023 à 26/05/2023) |
|  | **2ª FEIRA****22/05/2023** | **3ª FEIRA****23/05/2023** | **4ª FEIRA****24/05/2023** | **5ª FEIRA****25/05/2023** | 6ª FEIRA26/05/2023 |
| Café da Manhã | Mingau de chocolate | LEITE ACHOCOLATADOBiscoito de maisena | Chá mate Crepioca com requeijão | LEITE ACHOCOLATADOPão caseiro com manteiga | Leite batido Cacau e Canela Pão caseiro com Requeijão |
| Almoço | Arroz Branco FeijãoCarne cozida com Mandioca Salada de hortaliças FRUTAS | Arroz Branco FeijãoSopa de mandioca cremosa com frango Salada de legumesFRUTAS | Arroz Branco FeijãoCarne moída com legumes Salada de hortaliças FRUTAS | Arroz Branco FeijãoPurê de batata Frango dourado na pressãoSalada de folhas FRUTAS | Arroz Branco FeijãoTortilha de batata com ovos Salada de legumes FRUTAS |
| Composição Nutricional (Média Semanal) | **Kcal** | **CHO****(g)** | **PTN****(g)** | **LPD****(g)** | **G. Sat. (g)** | **G. Trans (g)** | **Fibras (g)** | **Vit A (mcg)** | **Vit C (mg)** | **Ca (mg)** | **Fe (mg)** | **Mg (mg)** | **Zn (mg)** | Na (mg) |
| 553.6 | 81.8 | 24.4 | 14.7 | 5.5 | 0.1 | 9.7 | 85.7 | 63.9 | 236.5 | 4.0 | 127.4 | 3.5 | 155.6 |

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE IVATÉ/PARANÁ PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

|  |
| --- |
| CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (6 - 10 ANOS) |
| 05/2023 (Semana de 22/05/2023 à 26/05/2023) |
|  | **2ª FEIRA****22/05/2023** | **3ª FEIRA****23/05/2023** | **4ª FEIRA****24/05/2023** | **5ª FEIRA****25/05/2023** | 6ª FEIRA26/05/2023 |
| Lanche da Tarde | Mingau de chocolate | LEITE ACHOCOLATADOBiscoito de maisena | Chá mate Crepioca com requeijão | LEITE ACHOCOLATADOPão caseiro com manteiga | Leite batido Cacau e Canela Pão caseiro com Requeijão |
| Jantar | Arroz Branco FeijãoFricassê de Frango com batata Salada de hortaliçasFRUTAS | Arroz Branco FeijãoAlmôndegas ao sugo Salada de folhas FRUTAS | Baião de doisSopa de macarrão com carne Salada de hortaliças FRUTAS | Arroz Branco FeijãoMacarrão a bolonhesa Salada de hortaliças FRUTAS | Arroz Branco FeijãoLinguiça na pressão ou assada Salada de folhas FRUTAS |
| Composição Nutricional (Média Semanal) | **Kcal** | **CHO****(g)** | **PTN****(g)** | **LPD****(g)** | **G. Sat. (g)** | **G. Trans (g)** | **Fibras (g)** | **Vit A (mcg)** | **Vit C (mg)** | **Ca (mg)** | **Fe (mg)** | **Mg (mg)** | **Zn (mg)** | Na (mg) |
| 552.3 | 85.9 | 26.7 | 12.2 | 4.9 | 0.3 | 9.1 | 72.8 | 62.0 | 234.1 | 4.7 | 116.4 | 4.1 | 162.9 |

* **Os cardápios poderão sofrer alterações conforme disponibilidade de ingredientes, maturação de frutas e verduras e/ou necessidades externas, que serão comunicadas previamente.**
* **IMPORTANTE: se ater as necessidades especiais e ou exigências nutricionais dos alunos e preparar os alimentos aos intolerantes e alérgicos conforme orientações e ingredientes específicos.**