|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO JARDINÓPOLIS/SC -** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA 6 a 10 anos****MARÇO 2023** |
| **REFEIÇÃO** | **SEGUNDA-FEIRA**  | **TERÇA-FEIRA** | **QUARTA-FEIRA****01/03** | **QUINTA-FEIRA****02/03** | **SEXTA-FEIRA****03/03** |
| **LANCHE MANHÃ - 9h20m****LANCHE TARDE - 14h55m** |  |  | Arroz, feijão e carne de porcoSalada de repolho e cenoura | Carreteiro Salada de alfaceFruta: caqui | Biscoito salgado Suco naturalMaça |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia** **(Kcal)** | **PNT****(g)** | **LIP****(g)** | **CHO****(g)** |
| 331,7 | 12 | 8 | 54 |
| **REFEIÇÃO** | **SEGUNDA-FEIRA****06/03** | **TERÇA-FEIRA****07/03** | **QUARTA-FEIRA****08/03** | **QUINTA-FEIRA****09/03** | **SEXTA-FEIRA****10/03** |
| **LANCHE MANHÃ - 9h20min****LANCHE TARDE - 14h55m** | Sanduiche queijo, presunto e alface Suco natural de laranja  | Arroz com feijãoAbobora refogada Carne suína Salada de alface | Macarrão ao molho de carne de frangoSalada de acelga | Polenta cremosaCarne bovina ao molho com cenoura Salada de beterraba  | Bolo doce Leite com cacau Fruta: Caqui  |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia** **(Kcal)** | **PNT****(g)** | **LIP****(g)** | **CHO****(g)** |
| 347,27 | 15 | 6 | 57 |

\* Servir porções adequadas às idades das crianças, colocar os alimentos separados no prato para que elas conheçam os sabores de cada alimento;

Os alimentos utilizados para preparo do cardápio são de qualidade e frescos, portanto o cardápio pode sofrer algumas alterações de acordo com o recebimento de gêneros alimentícios;

Nutricionista Responsável Técnica do PNAE – Marilia R. Hubner Sordi CRN2795

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO JARDINÓPOLIS/SC -** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA 6 a 10 anos****MARÇO 2023** |
| **REFEIÇÃO** | **SEGUNDA-FEIRA** **13/03** | **TERÇA-FEIRA****14/03** | **QUARTA-FEIRA****15/03** | **QUINTA-FEIRA****16/03** | **SEXTA-FEIRA****17/03** |
| **LANCHE MANHÃ - 9h20m****LANCHE TARDE - 14h55m** | Bolacha caseiraSuco de uvaFruta: mamão  | Arroz, abóbora cabotiá refogada, frango assadoSalada: Alface  | GalinhadaSalada: cenoura e repolho  | Arroz, feijão com carne bovina em cubosSalada de tomate e acelga | Mandioca Carne suína refogadaSalada de rúcula Fruta: melão  |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia** **(Kcal)** | **PNT****(g)** | **LIP****(g)** | **CHO****(g)** |
|  |  |  |  |
| **REFEIÇÃO** | **SEGUNDA-FEIRA****20/03** | **TERÇA-FEIRA****21/03** | **QUARTA-FEIRA****22/03** | **QUINTA-FEIRA****23/03** | **SEXTA-FEIRA****24/03** |
| **LANCHE MANHÃ - 9h20min****LANCHE TARDE - 14h55m** | Feriado municipal  | Pão com doce de frutaCafé com leite Fruta: Pêra  | Arroz, lentilha em caldoCarne de frango ao molho Salada: alface e laranja  |  Polenta cremosaCarne Suína Salada de beterraba   | Biscoito salgadoBebida láctea Fruta: banana |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia** **(Kcal)** | **PNT****(g)** | **LIP****(g)** | **CHO****(g)** |
| 342,3 | 13 | 7 | 52 |

\* Servir porções adequadas às idades das crianças, colocar os alimentos separados no prato para que elas conheçam os sabores de cada alimento;

Os alimentos utilizados para preparo do cardápio são de qualidade e frescos, portanto o cardápio pode sofrer algumas alterações de acordo com o recebimento de gêneros alimentícios;

Nutricionista Responsável Técnica do PNAE – Marilia R. Hubner Sordi CRN2795

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO JARDINÓPOLIS/SC -** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA 6 a 10 anos****MARÇO 2023** |
| **REFEIÇÃO** | **SEGUNDA-FEIRA** **27/03** | **TERÇA-FEIRA****28/03** | **QUARTA-FEIRA****29/03** | **QUINTA-FEIRA****30/03** | **SEXTA-FEIRA****31/03** |
| **LANCHE MANHÃ - 9h20m****LANCHE TARDE - 14h55m** | Sanduiche de presunto, queijo, alface e tomateSuco de abacaxi | Arroz, feijão cariocaCostelinha suína Repolho e cenoura  | Macarrão com carne de frango Salada de alface e tomate  | Sopa de feijãoFruta Tangerina  | Bolacha caseiraLeite com cacauBanana  |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia** **(Kcal)** | **PNT****(g)** | **LIP****(g)** | **CHO****(g)** |
| 352,78 | 18 | 5 | 56 |
| **REFEIÇÃO** | **SEGUNDA-FEIRA** | **TERÇA-FEIRA** | **QUARTA-FEIRA** | **QUINTA-FEIRA** | **SEXTA-FEIRA** |
| **LANCHE MANHÃ - 9h20min****LANCHE TARDE - 14h55m** |  |  |  |   |   |
| **Composição nutricional (Média semanal)** | **Energia** **(Kcal)** | **PNT****(g)** | **LIP****(g)** | **CHO****(g)** |
|  |  |  |  |

\* Servir porções adequadas às idades das crianças, colocar os alimentos separados no prato para que elas conheçam os sabores de cada alimento;

Os alimentos utilizados para preparo do cardápio são de qualidade e frescos, portanto o cardápio pode sofrer algumas alterações de acordo com o recebimento de gêneros alimentícios;

Nutricionista Responsável Técnica do PNAE – Marilia R. Hubner Sordi CRN2795