|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 porco  Salada de repolho e cenoura | Carreteiro  Salada de alface  Fruta: caqui | Biscoito salgado  Suco natural  Maça |
| **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 feijão  Abobora refogada  Carne suína  Salada de alface | Macarrão ao molho de carne de frango  Salada de acelga | Polenta cremosa  Carne 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 caseira  Suco de uva  Fruta: mamão | Arroz, abóbora cabotiá refogada, frango assado  Salada: Alface | Galinhada  Salada: cenoura e repolho | Arroz, feijão com carne bovina em cubos  Salada de tomate e acelga | Mandioca  Carne suína refogada  Salada 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 fruta  Café com leite  Fruta: Pêra | Arroz, lentilha em caldo  Carne de frango ao molho  Salada: alface e laranja | Polenta cremosa  Carne Suína  Salada de beterraba | Biscoito salgado  Bebida 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 tomate  Suco de abacaxi | Arroz, feijão carioca  Costelinha suína  Repolho e cenoura | Macarrão com carne de frango  Salada de alface e tomate | Sopa de feijão  Fruta Tangerina | Bolacha caseira  Leite com cacau  Banana |
| **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