|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHEIRO PRETO – SC  PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE | | | | | |
| CARDÁPIO: PRÉ - ESCOLA | | | | | |
| DEZEMBRO DE 2022 | | | | | |
| 1ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | **05/DEZ** | **06/DEZ** | **07/DEZ** | **08/DEZ** | **09/DEZ** |
| Café da manhã  (08h45’) | Café com leite, biscoitos de polvilho | Chá mate ou de ervas, torradinha com manteiga, orégano e tomate | Waffle + suco ou chá | FÉRIAS | FÉRIAS |
|  |  |  |  |  |  |
| Almoço  (11h45’) | \*Arroz integral  \*Feijão preto  \*Tortéi enrolado com molho de frango  \*Saladas | \*Arroz branco, feijão preto, carne moída suina em molho  \*Salada de beterraba, repolho e cenoura | \*Arroz colorido  \*Feijão vermelho + branco  \*Purê de batata  \* Costela bovina assada  \*Saladas | FÉRIAS | FÉRIAS |
|  |  |  |  |  |  |
| Lanche da tarde  (14h30’) | \*Bolo formigueiro  \*Suco de uva | Polenta cremosa, frango em molho  \*Saladas  \*Fruta (maçã) | \*Creme de pudim  \*Biscoitos diversos  \*Fruta (banana) | FÉRIAS | FÉRIAS |
|  |  |  |  |  |  |
| Composição nutricional (média semanal) | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)** | **PTNA (g)** | **LPD (g)** |  |
| 55 – 65% do VET | 10 – 15% do VET | 15 – 30% do VET |  |
|  |  |  |  |  |

**Observações:**

- Utilizar o mínimo de açúcar nas preparações, trocar pelo açúcar mascavo sempre que possível;

- É autorizado inverter os dias das frutas se necessário conforme amadurecimento e disponibilidade;

- Devem ser servidas no mínimo DOIS tipos de saladas no dia, preferencialmente uma cozida e uma crua/folhosas.

- Necessidades alimentares especiais: usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais;

- Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos com autorização da nutricionista;

- Deve ser comunicado a nutricionista urgentemente sobre a falta de qualquer item que afete a execução do cardápio.