|  |
| --- |
| SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHEIRO PRETO – SCPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIO: ENSINO FUNDAMENTAL |
| DEZEMBRO DE 2022 |
| 1ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 05/12 | 06/12 | 07/12 | 08/12 | 09/12 |
| Lanche da manhã e tarde(10h00’ e 15h15’) | \*Macarrão espaguete com molho de carne moída bovina\*Salada de alface + acelga  | \*Sagu com creme de pudim\*Fruta (banana) OBS: menos 3 turmas por período | \*Bolo de laranja\*Chá gelado\*Fruta (mamão)OBS: menos 3 turmas por período | \*Arroz branco, feijão preto, carne de panela com batatas e legumes\*Salada de beterraba, repolho e cenoura\*Fruta (maçã) | \* Sanduiche natural\*Grostoli fofinho\*Suco de uva**(Passeio cidade da criança)** |
|  |  |  |  |  |  |
| Almoço(11h45’) | \*Arroz integral\*Feijão preto\*Tortéi enrolado com molho de tomate e calabresa\*Frango (Coxa e sobrecoxa) assado\*Saladas | \*Arroz carreteiro com legumes, e carne de gado\*Saladas  | \*Polenta com molho de carne moída de frango e tomate\*Saladas  | \*Arroz colorido\*Feijão vermelho + branco\*Purê de batata \*Bisteca suína refogada\*Saladas |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 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.

|  |
| --- |
| SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHEIRO PRETO – SCPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIO: ENSINO FUNDAMENTAL |
| DEZEMBRO DE 2022 |
| 2ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 12/12 | 13/12 | 14/12 | 15/12 | 16/12 |
| Lanche da manhã e tarde(10h00’ e 15h15’)\*média de 50 crianças por período | Torta de pão fatiado com presunto, queijo e requeijão | \*Pão de queijo \* Suco de uva \*Fruta (maçã) | \* Mini sonhos\*Fruta (banana) | \*Risoto de frango e legumes\* Salada (tomate + pepino) | \*Pão caseirinho com omelete temperado e queijo\* Chá gelado\*Fruta (mamão) |
|  |  |  |  |  |  |
| Almoço(11h45’)\*média de 10 crianças  | \*Arroz integral\*Feijão preto\*Panqueca com carne moída (bovina) e PTS em molho\*Saladas | \*Polenta cremosa\*Farofa de couve\*Costelinha suína em molho\*Saladas  | SEM ALMOÇO | \*Arroz colorido \*Feijão carioca\*Lasanha de frango\*Saladas |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 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.