|  | PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPUÃ**Departamento Municipal de Educação****Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE**  |
| --- | --- |

| **COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL**  | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **LPD (g)** | **Vit. A (mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca (mg)** | **Fe (mg)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Média semanal manhã** | 480,43  | 71 | 21g | 13g | 342,46 | 39,75 | 126,78 | 2,91 |
| **Média semanal tarde** | 325,11 | **50** | 12g | 9g | 89,1 | 28,38 | 113,73 | 3,32 |
| **Média semanal integral** | 788,38 | 119 | 32g | 21g | 426,55 | 65,13 | 258,42 | 6,22 |

| **CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL:** **INFANTIL 2 E 3 INTEGRAL E PARCIAL (1 A 3 ANOS)** |
| --- |
|   | **2ª FEIRA – 03/03** | **3ª FEIRA – 04/03** | **4ª FEIRA – 05/03** | **5ª FEIRA – 06/03** | **6ª FEIRA – 07/03** |
| **Café da manhã** **8:05**  |  |  |  | Leite puro / Pão caseiro com manteiga | Leite puro / Pão caseiro com manteiga |
| **Almoço** **10:30**  | Macarrão com **carne moída** / Salada Sobremesa: Fruta | Arroz / Feijão / **Músculo ao molho** / Salada Sobremesa: Fruta |
| **Fruta**  **(Parcial tarde)** **12:30**  | Fruta | Fruta |
| **Lanche da tarde** **15:00**  | Macarrão com **carne moída** / Salada Sobremesa: Fruta | Arroz / Feijão / **Músculo ao molho** / Salada Sobremesa: Fruta |

\*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

\*\*As frutas e hortaliças podem sofrer alterações, conforme safra e grau de maturidade

**\*\*\* PROIBIDO crianças menores de 3 anos consumirem leite com chocolate, chá, suco e qualquer outro alimento que tenha adição de açúcar**

\*\*\*\*Crianças com alergia ou intolerância ao leite devem receber leite de soja ou zero lactose, respectivamente.

|  | PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPUÃ**Departamento Municipal de Educação****Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE**  |
| --- | --- |

| **COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL**  | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **LPD (g)** | **Vit. A (mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca (mg)** | **Fe (mg)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Média semanal manhã** | 486,25 | 70 | 21 | 15 | 170,07 | 38,71 | 156,69 | 3,07 |
| **Média semanal tarde** | 396,36 | **63** | 14 | 10 | 122,70 | 36,33 | 156,51 | 3,73 |
| **Média semanal integral** | 811,51 | 120 | 33 | 23 | 275,29 | 75,03 | 281,06 | 6,35 |

\*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

\*\*As frutas e hortaliças podem sofrer alterações, conforme safra e grau de maturidade

**\*\*\* PROIBIDO crianças menores de 3 anos consumirem leite com chocolate, chá, suco e qualquer outro alimento que tenha adição de açúcar**

\*\*\*\*Crianças com alergia ou intolerância ao leite devem receber leite de soja ou zero lactose, respectivamente.

| **CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL:** **INFANTIL 2 E INFANTIL 3 INTEGRAL E PARCIAL (1 A 3 ANOS)** |
| --- |
|   | **2ª FEIRA – 10/03** | **3ª FEIRA – 11/03** | **4ª FEIRA – 12/03** | **5ª FEIRA – 13/03** | **6ª FEIRA – 14/03** |
| **Café da manhã** **8:05**  | Leite puro / Pão caseiro com manteiga | Suco / Esfiha de carne moída | Leite puro / Pão caseiro com manteiga | Leite puro / Pão caseiro com manteiga | Leite puro / Bolo de chocolate **SEM AÇÚCAR** |
| **Almoço** **10:30**  | Arroz / Polenta / **Carne moída** / Salada Sobremesa: Fruta | Arroz / Feijão / **Pernil ao molho** / Salada Sobremesa: Fruta | Arroz / Feijão / **Coxa e sobrecoxa** **assada com batata** / Salada Sobremesa: Fruta | Arroz / Feijão / **Músculo com legumes** / Salada Sobremesa: Fruta | Arroz / Feijão / **Carne moída** / SaladaSobremesa: Fruta |
| **Fruta**  **(Parcial tarde)** **12:30**  | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| **Lanche da tarde** **15:00**  | Arroz / Polenta / **Carne moída** / Salada Sobremesa: Fruta | Arroz / Feijão / **Pernil ao molho** / Salada Sobremesa: Fruta | Arroz / Feijão / **Coxa e sobrecoxa** **assada com batata** / Salada Sobremesa: Fruta | Arroz / Feijão / **Músculo com legumes** / Salada Sobremesa: Fruta | Bolo de chocolate **SEM AÇÚCAR**Sobremesa: Fruta |

|  | PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPUÃ**Departamento Municipal de Educação****Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE**  |
| --- | --- |

| **COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL**  | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **LPD (g)** | **Vit. A (mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca (mg)** | **Fe (mg)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Média semanal manhã** | 400,34 | 65 | 15 | 10 | 298,39 | 34,84 | 143,76 | 3,05 |
| **Média semanal tarde** | 388,54 | **62** | 14 | 10 | 119,65 | 46,71 | 132,20 | 3,58 |
| **Média semanal integral** | 791,98 | 117 | 31 | 23 | 365,03 | 45,54 | 203,85 | 6,03 |

| **CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL:** **INFANTIL 2 E INFANTIL 3 INTEGRAL E PARCIAL (1 A 3 ANOS)** |
| --- |
|   | **2ª FEIRA – 17/03** | **3ª FEIRA – 18/03** | **4ª FEIRA – 19/03** | **5ª FEIRA – 20/03** | **6ª FEIRA – 21/03** |
| **Café da manhã** **8:05**  | Leite puro / Pão caseiro com manteiga | Leite puro / Pão caseiro com manteiga |  | Leite puro / Pão caseiro com manteiga | Suco / Torta de carne moída |
| **Almoço** **10:30**  | Arroz / Feijão / Polenta / **Carne moída** / SaladaSobrema: Fruta | Arroz / Feijão / **Pernil picadinho** / Quirerinha / Salada Sobremesa: Fruta | Galinhada / SaladaSobremesa: Fruta | Arroz / Feijão / **Carne moída** / SaladaSobremesa: Fruta |
| **Fruta**  **(Parcial tarde)** **12:30**  | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| **Lanche da tarde** **15:00**  | Macarrão com **carne moída** / Salada Sobremesa: Fruta | Arroz / Feijão / **Pernil picadinho** / Quirerinha / SaladaSobremesa: Fruta | Galinhada / SaladaSobremesa: Fruta | Torta de carne moídaSucoSobremesa: Fruta |

\*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

\*\*As frutas e hortaliças podem sofrer alterações, conforme safra e grau de maturidade

**\*\*\* PROIBIDO crianças menores de 3 anos consumirem leite com chocolate, chá, suco e qualquer outro alimento que tenha adição de açúcar**

\*\*\*\*Crianças com alergia ou intolerância ao leite devem receber leite de soja ou zero lactose, respectivamente.

|  | PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPUÃ**Departamento Municipal de Educação****Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE**  |
| --- | --- |

| **COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL**  | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)** | **PTN (g)** | **LPD (g)** | **Vit. A (mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca (mg)** | **Fe (mg)** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Média semanal manhã** | 529,46 | 80 | 21 | 15 | 295,33 | 34,84 | 153,76 | 3,11 |
| **Média semanal tarde** | 464,47 | 90g | 20 | 7 | 117,54 | 56,85 | 134,24 | 4,27 |
| **Média semanal integral** | 878,36 | 144 | 38 | 21 | 375,37 | 60,72 | 241,85 | 6,72 |

| **CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL:** **INFANTIL 2 E INFANTIL 3 INTEGRAL E PARCIAL (1 A 3 ANOS)** |
| --- |
|   | **2ª FEIRA – 24/03** | **3ª FEIRA – 25/03** | **4ª FEIRA – 26/03** | **5ª FEIRA – 27/03** | **6ª FEIRA – 28/03** |
| **Café da manhã** **8:05**  | Leite puro / Pão caseiro com manteiga | Suco / Esfiha de carne moída | Leite puro / Pão caseiro com manteiga | Leite puro / Pão caseiro com manteiga | Leite puro / Bolo simples **SEM AÇÚCAR** |
| **Almoço** **10:30**  | Macarrão com **carne moída** / Salada Sobremesa: Fruta | Arroz / Feijão / **Pernil ao molho** / Polenta / Salada Sobremesa: Fruta | Arroz / **Carne de panela** **com batata** / Salada Sobremesa: Fruta | Arroz / Feijão / **Coxa e sobrecoxa ao molho** / SaladaSobremesa: Fruta | Arroz / Feijão / **Carne moída** / SaladaSobremesa: Fruta |
| **Fruta**  **(Parcial tarde)** **12:30**  | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| **Lanche da tarde** **15:00**  | Macarrão com **carne moída** / Salada Sobremesa: Fruta | Arroz / Feijão / **Pernil ao molho** / Polenta / Salada Sobremesa: Fruta | Arroz / **Carne de panela** **com batata** / Salada Sobremesa: Fruta | Arroz / Feijão / **Coxa e sobrecoxa ao molho** / Salada Sobremesa: Fruta | Bolo simples **SEM AÇÚCAR**Sobremesa: Fruta |

\*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

\*\*As frutas e hortaliças podem sofrer alterações, conforme safra e grau de maturidade

**\*\*\* PROIBIDO crianças menores de 3 anos consumirem leite com chocolate, chá, suco e qualquer outro alimento que tenha adição de açúcar**

\*\*\*\*Crianças com alergia ou intolerância ao leite devem receber leite de soja ou zero lactose, respectivamente.