**DEPARTAMENTO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ARAPUÃ**

**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**ENSINO FUNDAMENTAL I (6- 10 ANOS) - ESCOLA ARDINAL RIBAS**

| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **03/03** | **TERÇA-FEIRA**  **04/03** | **QUARTA-FEIRA**  **05/03** | **QUINTA-FEIRA**  **06/03** | **SEXTA-FEIRA**  **07/03** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **LANCHE TARDE - 14:45** |  |  |  | Macarrão **SEM OVO** com **carne moída** / Salada  Fruta | Arroz / Feijão / **Músculo ao molho** / Salada    Fruta |
| **COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL**  **(MÉDIA SEMANAL)** | | **Energia (kcal)** | **CHO (G)** | **PTN (G)** | **LPD (G)** |
| 363,82 | 57 g | 14 g | 09 g |
| 63% | 15% | 22% |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **10/03** | **TERÇA-FEIRA**  **11/03** | **QUARTA-FEIRA**  **12/03** | **QUINTA-FEIRA**  **13/03** | **SEXTA-FEIRA**  **14/03** |
| **LANCHE TARDE - 14:45** | Arroz / Polenta / **Carne moída** / Salada    Fruta | Arroz / Feijão / **Pernil ao molho** / Salada  Fruta | Arroz / Feijão / **Coxa e sobrecoxa** **assada com batata** / Salada /  Fruta | Arroz / Feijão / **Músculo com legumes** / Salada  Fruta | Bolo mesclado **SEM LEITE E OVO**  Fruta |
| **COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL**  **(MÉDIA SEMANAL)** | | **Energia (kcal)** | **CHO (G)** | **PTN (G)** | **LPD (G)** |
| 409,21 | 65 g | 19 g | 09 g |
| 63% | 18% | 19% |

\*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

\*\*As frutas serão mandadas conforme a safra e a disponibilidade dos agricultores

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

**DEPARTAMENTO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ARAPUÃ**

**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**ENSINO FUNDAMENTAL I (6- 10 ANOS) - ESCOLA ARDINAL RIBAS**

| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **17/03** | **TERÇA-FEIRA**  **18/03** | **QUARTA-FEIRA**  **19/03** | **QUINTA-FEIRA**  **20/03** | **SEXTA-FEIRA**  **21/03** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **LANCHE TARDE - 14:45** | Macarrão **SEM OVO** com **carne moída** / Salada  Fruta | Arroz / Feijão / **Pernil picadinho** / Quirerinha / Salada  Fruta |  | Galinhada / Salada  Fruta | Torta de frango **SEM LEITE E OVO** (frango, milho e cenoura…) / Suco /  Fruta |
| **COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL**  **(MÉDIA SEMANAL)** | | **Energia (kcal)** | **CHO (G)** | **PTN (G)** | **LPD (G)** |
| 353,24 | 50 g | 18 g | 10 g |
| 56% | 19% | 25% |

| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **24/03** | **TERÇA-FEIRA**  **25/03** | **QUARTA-FEIRA**  **26/03** | **QUINTA-FEIRA**  **27/03** | **SEXTA-FEIRA**  **28/03** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **LANCHE TARDE - 14:45** | Macarrão **SEM OVO** com **carne moída** / Salada /  Fruta | Arroz / Feijão / **Pernil ao molho** / Polenta / Salada /  Fruta | Arroz / **Carne de panela** **com batata** / Salada /  Fruta | Arroz / Feijão / **Coxa e sobrecoxa ao molho** / Salada /  Fruta | Bolo simples **SEM LEITE E OVO**  Fruta |
| **COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL**  **(MÉDIA SEMANAL)** | | **Energia (kcal)** | **CHO (G)** | **PTN (G)** | **LPD (G)** |
| 394,94 | 61 g | 16 g | 10 g |
| 61% | 16% | 23% |

\*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

\*\*As frutas serão mandadas conforme a safra e a disponibilidade dos agricultores

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