

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE IARAS - SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO (ENSINO FUNDAMENTAL I e II/ MÉDIO/ EJA)

“EMEIF ASSENTAMENTO ZUMBI DOS PALMARES” ZONA URBANA - PERÍODO PARCIAL – 2 REFEIÇÕES - SETEMBRO/2022

Necessidades Alimentares Especiais: *(se for o caso)*

	2ª FEIRA 05/09	3ª FEIRA 06/09	4ª FEIRA 07/09	5ª FEIRA 08/09	6ª FEIRA 09/09		
CAFÉ DA MANHÃ	BEBIDA LÁCTEA FRUTAS BOLACHA DOCE	BEBIDA LÁCTEA CAPPUCCINO BOLACHA SALGADA	FERIADO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO		
ALMOÇO/JANTAR Almoço manhã – fornecido nos intervalos das aulas Almoço tarde – fornecido até as 12h55 (entrada na escola) Fruta/Sobremesa – fornecido no intervalo da manhã e tarde	POLENTA CREMOSA COM CARNE MOÍDA FRUTA: MELANCIA	ARROZ BRANCO FEIJÃO COZIDO OMELETE DE FRIOS SALADA: REPOLHO C/ CENOURA			I		
LANCHE DA TARDE	SUCO DE POLPA DE UVA PÃO FRANCÊS C/ CARNE MOÍDA	BEBIDA LÁCTEA CAPPUCCINO BOLACHA SALGADA					
FRUTA CEI (Servido às 10h40)	MAÇÃ	LARANJA					
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	378,07	17,51	226,31
		g 78	g 24	g 18		Fe (mg)	Na (mg)
		% 22	% 7	% 11		2,82	412,21

*Cardápio sujeito a alterações.

Thais Francielly de Almeida *Nutricionista Responsável* CRN 3 44507