

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

CARDÁPIO- CEI E Pré-escola EMEI “ Oscar Damiano”

FAIXA ETÁRIA (3 ANOS – 5 ANOS)

ZONA URBANA/ PERÍODO PARCIAL CARDÁPIO CONSIDERANDO 2 PRINCIPAIS REFEIÇÕES

FEVEREIRO - 2023

	2ª FEIRA 06/02	3ª FEIRA 07/02	4ª FEIRA 08/02	5ª FEIRA 09/02	6ª FEIRA 10/02		
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE C/ ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE C/ MARGARINA	VITAMINA DE MORANGO PÃO DE LEITE C/ MARGARINA	LEITE C/ ACHOCOLATADO BOLO DE CHOCOLATE	VITAMINA DE MORANGO BOLACHA MAIZENA	LEITE C/ ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE C/ MARGARINA		
ALMOÇO	MACARRÃO C/ COXINHA DE FRANGO SALADA: ALMEIRÃO FRUTA: MELÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE EM CUBOS SALADA: ALFACE FRUTA: MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO LINGUIÇA ASSADA SALADA: CHICÓRIA FRUTA: LARANJA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA OMELETE DE FORNO COM LEGUMES SALADA: ALFACE FRUTA: MELANCIA	POLENTA C/ CARNE MOÍDA AO MOLHO ABOBRINHA REFOGADA SALADA: REPOLHO SUCO ABACAXI NATURA		
LANCHE DA TARDE	LEITE C/ ACHOCOLATADO BOLACHA ROSQUINHA DE CHOCOLATE	LEITE C/ ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE C/MUSSARELA	VITAMINA DE MORANGO PÃO DE LEITE C/ MARGARINA	MINGAU DE MAIZENA BOLACHA ÁGUA E SAL	SUCO DE MELÃO PÃO DE LEITE C/ CARNE MOÍDA		
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			
		g %	g %	g %		Fe (mg)	Na (mg)

*Cardápio sujeito a alterações.

Francisca Neidiane Costa Lima *Nutricionista Responsável* CRN-3 69518