

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**

SETEMBRO- 2022

	2ª FEIRA 05/09	3ª FEIRA 06/09	4ª FEIRA 07/09	5ª FEIRA 08/09	6ª FEIRA 09/09			
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE C/ ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE C/ ACHOCOLATADO BISCOITO AMANTEIGADO	FERIADO	LEITE C/ ACHOCOLATADO PÃO COM MUSSARELA	LEITE C/ ACHOCOLATADO PÃO COM MUSSARELA			
ALMOÇO	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA CENOURA REFOGADA SALADA DE ALFACE SOBREMESA: BANANA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA OMELETE DE FORNO COM LEGUMES SALADA DE COUVE SOBREMESA: ABACAXI	FERIADO	ARROZ FEIJÃO BRANCO PERNIL ASSADO SALADA DE BETERRABA LARANJA	ARROZ SOPA DE MANDIOCA COM CARNE EM CUBOS SALADA: REPOLHO C/ TOMATE SOBREMESA: MELÃO			
LANCHE DA TARDE	SUCO DE POLPA DE ACEROLA PÃO COM CARNE MOÍDA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	FERIADO	LEITE C/ ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SUCO DE POLPA DE MARACUJÁ PÃO COM MUSSARELA			
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	215,23	18,28	331,26
		409,81	g 71 % 60	g 24 % 15	g 20 % 30		Fe (mg) 3,58	Na (mg) 781,28

*Cardápio sujeito a alterações.

Grazielle Fernanda Rosa de Souza *Nutricionista Responsável* CRN 3 72404/P