SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUARACI/PR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL **FAIXA ETÁRIA –** 5 A 10 ANOS**PERÍODO** PARCIAL

ESCOLA MUNICIPAL NAIR AP. ARRUDA CAMARGO CLIMACO

NOVEMBRO
2023

TARDE	**2ª FEIRA 06/11**	**3ª FEIRA 07/11**	**4ª FEIRA 08/11**	**5ª FEIRA 09/11**	**6ª FEIRA 10/11**
LANCHE 15:00	Pão com margarina Vitamina	Arroz Tutu de Feijão Salada de Couve	Bolo mesclado Suco de Abacaxi Melão	Macarronada com carne em pedaço Salada de Alface Laranja	Torta de Frango Suco de Uva

Composição nutricional (Média semanal)	**Energia (Kcal) 0%**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
		55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**15% a 30% do VET**
	384,3	61g	13g	11g
		64%	14%	25%

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

* legumes e verduras, sujeitos a alterações

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUARACI/PR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL **FAIXA ETÁRIA –** 5 A 10 ANOS**PERÍODO** PARCIAL

ESCOLA MUNICIPAL NAIR AP. ARRUDA CAMARGO CLIMACO

NOVEMBRO
2023

TARDE	**2ª FEIRA 13/11**	**3ª FEIRA 14/11**		**5ª FEIRA 16/11**	**6ª FEIRA 17/11**
LANCHE 15:00	Bolo de Laranja Suco de Abacaxi	Quibe Assado Suco de uva		Macarronada com frango Salada de Repolho Manga	Arroz/Feijão Peixe Salada de Tomate
Composição nutricional (Média semanal)		**Energia (Kcal) 0%**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
			55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**15% a 30% do VET**
		381,29	56g	16g	10g
			62%	16%	24%

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

* legumes e verduras, sujeitos a alterações

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUARACI/PR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL **FAIXA ETÁRIA –** 5 A 10 ANOS**PERÍODO** PARCIAL

ESCOLA MUNICIPAL NAIR AP. ARRUDA CAMARGO CLIMACO

NOVEMBRO
2023

TARDE	**2ª FEIRA 20/11**	**3ª FEIRA 21/11**	**4ª FEIRA 22/11**	**5ª FEIRA 23/11**	**6ª FEIRA 24/11**
LANCHE 15:00	Torta de carne Suco de Abacaxi	Macarronada com frango Salada de Couve	Arroz/ Feijão Farofa com Carne de porco Salada Alface	Bolo de Cenoura Suco de laranja Morango	Iogurte Pão com margarina Banana

Composição nutricional (Média semanal)	**Energia (Kcal)**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
	0%	**55% a 65% do VET**	**10% a 15% do VET**	**15% a 30% do VET**
	373,2	60g	15g	11g
		64%	16%	26%

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

* legumes e verduras, sujeitos a alterações

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUARACI/PR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL **FAIXA ETÁRIA –** 5 A 10 ANOS**PERÍODO** PARCIAL

ESCOLA MUNICIPAL NAIR AP. ARRUDA CAMARGO CLIMACO

NOVEMBRO
2023

TARDE	**2ª FEIRA 23/10**	**3ª FEIRA 24/10**	**4ª FEIRA 25/10**		
LANCHE 15:00	Pizza de Frango Suco de Abacaxi	Bolo de Chocolate Suco de Uva	Arroz/Feijão Filé de peixe Salada de Almeirão Laranja		
Composição nutricional (Média semanal)		**Energia (Kcal) 0%**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
			55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**15% a 30% do VET**
		392,8	54g	12g	10g
			55%	13%	22%

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

* legumes e verduras, sujeitos a alterações