

SEMANA 02

 SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE C A R D Á P I O · ESCOLA PEDRO PRETTO  CRN-2 9801 Nutricionista Franciele T. C. V. Kern					
FEVEREIRO / 2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	13/02	14/02	15/02	16/02	17/02
CAFÉ DA MANHÃ 7h				– Café com leite – Pão de moranga com manteiga	– Chá gelado – Cuca rápida
LANCHE DA MANHÃ 9h20min				– Pizza de rês – Fruta	– Pastel de frango – Suco de uva
ALMOÇO 11h30min				x	x
LANCHE DA TARDE 15h				x	x

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (Média semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Na (mg)
6 A 10 ANOS	496,57 kcal	17,95g 14%	17,53g 32%	68,79g 55%	570,03mg
11 A 15 ANOS	710,62 kcal	24,91g 14%	23,01g 29%	103,87g 58%	796,50mg

SEMANA 03

 SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE C A R D Á P I O · ESCOLA PEDRO PRETTO  CRN-2 9801 Nutricionista Franciele T. C. V. Kern					
FEVEREIRO / 2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	20/02	21/02	22/02	23/02	24/02
CAFÉ DA MANHÃ 7h			– Leite com cacau – Biscoito salgado com requeijão	– Café com leite – Pão de integral com melado	– Café com leite – Pão de aipim
LANCHE DA MANHÃ 9h20min			– Sanduíche natural – Fruta	– Fruta	– Fruta
ALMOÇO 11h30min	FERIADO	FERIADO	x	– Arroz – Lentilha – Lombo suíno – Batata refogada – Salada crua e cozida	– Arroz com legumes – Feijão preto – Lasanha de rês – Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 15h			x	– Bolo de cacau	– Rosquinha

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (Média semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Na (mg)
6 A 10 ANOS	1155,23 kcal	40,38g 14%	39,17g 31%	168,56g 58%	1015,59mg
11 A 15 ANOS	1658,81 kcal	55,85g 13%	56,65g 31%	242,54g 58%	1312,03mg

SEMANA 04

 SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE C A R D Á P I O · ESCOLA PEDRO PRETTO  CRN-2 9801 Nutricionista Franciele T. C. V. Kern					
FEVEREIRO / 2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	27/02	28/02	01/03	02/03	03/03
CAFÉ DA MANHÃ 7h	– Leite com cacau – Biscoito caseiro	– Café com leite – Pão integral com manteiga	– Leite com cacau – Biscoito salgado com requeijão	– Café com leite – Pão de cenoura com melado	– Chá gelado – Biscoito caseiro
LANCHE DA MANHÃ 9h20min	– Fruta	– Fruta	– Pizza de sardinha – Suco de uva	– Fruta	– Fruta
ALMOÇO 11h30min	– Arroz colorido – Feijão preto – Carne de panela – Massa caseira – Salada crua e cozida	– Arroz integral – Feijão carioca – Escondidinho de aipim – Salada crua e cozida		– Arroz – Feijão preto – Lombo suíno – Batata refogada com legumes – Salada crua e cozida	– Arroz colorido – Feijão preto – Frango com molho – Polenta – Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 15h	– Bolo de aveia e maçã	– Bolinho de peixe		– Wafler	– Sanduíche natural

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (Média semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Na (mg)
6 A 10 ANOS	1153,25 kcal	42,09g 15%	31,94g 25%	178,76g 62%	913,27mg
11 A 15 ANOS	1665,37 kcal	57,80g 14%	49,41g 27%	253,49g 61%	1299,77mg