

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA ITABERABA- SC
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

CARDÁPIO - INTEGRAL
PERÍODO *(parcial e integral)*

3 semana	2ª FEIRA 18/09	3ª FEIRA 19/09	4ª FEIRA 20/09	5ª FEIRA 21/09	6ª FEIRA 22/09			
DESJEJUM 07:45	FRUTAS/ BISCOITO	FRUTAS/ BISCOITO	FRUTAS/ BISCOITO	FRUTAS/ BISCOITO	FRUTAS/ BISCOITO			
LANCHE DA MANHÃ 09:30	CAFÉ COM LEITE + PÃO COM DOCE DE FRUTA	CAFÉ COM LEITE + PÃO COM DOCE DE FRUTA	RISOTO DE FRANGO ALFACE TOMATE	LEITE COM CACAU, PÃO COM REQUEIJÃO	CAFÉ COM LEITE PÃO COM REQUEIJÃO			
ALMOÇO 12:00	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA, CARNE MOÍDA, PEPINO E CENOURA RALADA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO, ALFACE E TOMATE		ARROZ CARRETEIRO FEIJÃO BATATINHA EM MOLHO REPOLHO	ARROZ COM FRANGO EM MOLHO, FEIJÃO, BETERRABA RALADA, CHUCHU COZIDO			
LANCHE DA TARDE 14:15	BOLO DE CACAU (FEITO NA ESCOLA) FRUTA	PÃO COM CARNE MOÍDA		BOLO SALGADO (FARINHA, OVO, FRANGO, CENOURA E TOMATE)	CEREAL DE MILHO IOGURTE			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				

