

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CORONEL BARROS**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *Ensino Fundamental II*

**ZONA** *urbana*

**FAIXA ETÁRIA** 11-15 anos

**PERÍODO** *parcial*

**Agosto/2021**

	<b>2ª FEIRA</b> 16/08 23/08	<b>3ª FEIRA</b> 17/08 24/08	<b>4ª FEIRA</b> 19/08 28/08	<b>5ª FEIRA</b> 19/08 26/08	<b>6ª FEIRA</b> 20/08 27/08
<b>Lanche da Manhã / Horário*</b>	Iogurte Biscoito Água e Sal Maçã Manga	Feijão preto Arroz Maria Rita (arroz, couve manteiga) Ragu de paleta (paleta bovina, tomate, cebola, alho, temperos) Chuchu c/ cebolinha Cenoura Laranja	Sanduíche de presunto e queijo (pão de grãos, presunto, queijo, alface) Chá de abacaxi Banana Laranja	Arroz doce (arroz, leite, açúcar, cravo, canela, baunilha) Banana Kiwi	Macarronada de frango (macarrão integral, sobrecoxa de frango, tomate, cebola, pimentão, alho) Couve chinesa Brócolis
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	55% a 65% do VET
					10% a 15% do VET
					15% a 30% do VET
	472 kcal	78 g	18 g	11 g	
		66 %	15 %	21 %	

**Isabel Thereza Steffenon Weber Sauthier – CRN-2 12305D**

\* Conforme horário adaptado segundo protocolos de distanciamento social