



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NAVEGANTES – SC  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO - Creche  
1 a 3 anos

JULHO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 15/07	TERÇA-FEIRA 16/07	QUARTA-FEIRA 17/07	QUINTA-FEIRA 18/07	SEXTA-FEIRA 19/07							
<b>TURNO MATUTINO</b>												
<b>Café da manhã 8h</b>	Pão mini de abóbora s/ açúcar Manteiga Leite quente/cacau MAMÃO	Pão caseiro s/ açúcar Requeijão caseiro Leite quente/cacau MAÇA	Lanche Festivo Cachorro quente com molho de frango Quentão morno de suco de uva BANANA BRANCA	Curso	Curso							
<b>Almoço 11h</b>	Arroz Feijão Preto Frango cubos com creme de milho Salada: Couve-flor Salada: Cenoura rodelas	Arroz Feijão Carioca Isclas bovina ao sugo Purê de abóbora Salada: Alfaca	Arroz Feijão Preto Carne de frango cubo com creme de ervilha partida Salada: Tomate cubinhos Salada: Cenoura rodelas									
<b>TURNO VESPERTINO</b>												
<b>Café da tarde 14h</b>	Bolo de banana com farinha de aveia s/ açúcar Leite Puro saborizado com canela em pau TANGERINA PONKAN	Pão mini de abóbora s/ açúcar Manteiga Leite quente/cacau LARANJA LIMA	Lanche Festivo Cachorro quente com molho de frango Quentão morno de suco de uva BANANA BRANCA	Curso	Curso							
<b>Jantar 16h</b>	Arroz carreteiro c/ abóbora Feijão Preto Seleta de legumes (Batata e cenoura cubos na manteiga) Salada: Repolho	Sopa de macarrão cabelo de anjo com legumes e file de peito cubos (aipim/cenoura/couve-flor/espinafre/salsinha)	Polenta Carne moída ao sugo Legumes refogados: (Brócolis com cenoura refogados)									
<b>Composição nutricional (média semanal de um turno)</b>	<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>FIBRAS (g)</b>	<b>Vit. A (g)</b>	<b>Vit. C (g)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Mg (mg)</b>	<b>Zn (mg)</b>	<b>Na (mg)</b>
	885,5	94,1	30,1	24,7	14,0	465,0	101,3	441,4	8,0	200,5	69,5	1624,8

**Observações:** Oferecer bastante água nos intervalos das refeições para manter as crianças hidratadas. Utilizar frutas que forem enviadas conforme disponibilidade. As refeições devem ter consistência conforme a aceitação e capacidade de mastigação de cada criança. Devem ser amassados para servir, não batidos no liquidificador para estimular a mastigação das crianças. Utilizar os legumes conforme a disponibilidade. O cardápio poderá sofrer alterações de substituição por alimentos de mesmo valor nutricional caso haja alguma intercorrência no fornecimento dos alimentos deste cardápio.



**Elaine M. Prestes**  
CRN 10 3228

**Sandra Maria Pereira**  
CRN 10 0275