



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



CARDÁPIO - Creche  
DIABETES MELLITUS

SETEMBRO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 23/09	TERÇA-FEIRA 24/09	QUARTA-FEIRA 25/09	QUINTA-FEIRA 26/09	SEXTA-FEIRA 27/09							
<b>TURNO MATUTINO</b>												
<b>Café da manhã 8h</b>	Pão caseiro s/ açúcar Manteiga Leite quente com cacau  MAÇA	Pão mini de abóbora s/ açúcar Requeijão caseiro Leite quente com cacau BANANA BRANCA	Pão caseiro s/ açúcar Requeijão caseiro Leite quente com cacau  MAÇA	Browne de cacau Leite quente com cacau  MANGA CUBOS	Cachorro quente com molho de frango Suco de Uva BANANA BRANCA							
<b>Almoço 11h</b>	Arroz integral Feijão Preto Tirinhas de frango ao sugo com creme de grão de bico Repolho e cenoura refogados	Arroz integral Feijão Carioca Carne Iscas ao sugo com abóbora cubos Salada: Alface	Arroz integral Feijão Preto Tirinhas de frango ao sugo com creme de grão de bico Salada: Brócolis Salada: Beterraba cubos	Arroz integral Feijão Preto Carne moída ao sugo Salada: Acelga tirinhas Salada: Cenoura rodelas	Arroz integral Feijão Preto Carne Iscas ao sugo Salada: Beterraba cubos Salada: Repolho							
<b>TURNO VESPERTINO</b>												
<b>Café da tarde 14h</b>	Pudim de maisena com cacau e caldo de uva passa Flocos de Milho  MANGA CUBOS	Pão caseiro s/ açúcar Manteiga Leite quente com cacau  MAÇA	Bolo de banana com farinha de aveia s/ açúcar Leite quente com cacau BANANA BRANCA	MAMÃO MAÇA	Cachorro quente com molho de frango Suco de Uva BANANA BRANCA							
<b>Jantar 16h</b>	Polenta Carne Iscas ao sugo Salada: Couve-flor Salada: Beterraba cubos	Arroz integral Feijão Preto Filé de coxa cubos com batata/tomate assada Salada: Repolho Salada: Alface	Arroz integral Feijão Carioca Almôndega de carne c/ abobrinha ralada assada Salada: Couve-flor Salada: Tomate cubinhos	Arroz integral Feijão Carioca Carne frango ao sugo com abóbora cubos Salada Tomate cubinhos	Sopa de macarrão conchinha, tomate, abóbora, chuchu, batata e frango cubos.							
<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>
	1105,5	156,1	53,5	32,7	18,0	495,0	101,3	471,4	8,3	201,5	72,5	1724,8

**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