



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



CARDÁPIO
7 a 11 meses

FEVEREIRO 2023

	SEGUNDA-FEIRA 12/02	TERÇA-FEIRA 13/02	QUARTA-FEIRA 14/02	QUINTA-FEIRA 15/02	SEXTA-FEIRA 16/02
	TURNO MATUTINO				
Café da manhã 7h30	Ponto Facultativo	Feriado	Formula de segmento Banana branca com aveia	Formula de segmento Maçã cozida ou raspada/ banana branca amassada	Formula de segmento Banana branca/ maçã cozida ou raspada
Almoço 11h			Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de carne desfiada ao molho com batata e abóbora cozida e amassada separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de filé de frango desfiado com batata, chuchu e cenoura cozida e amassada separados	Papa de arroz branco com caldo de lentilha com caldo de carne moída com batata e cenoura cozida e amassada separados
	TURNO VESPERTINO				
Café da tarde 14h			Formula de segmento Banana branca/ Purê de manga	Formula de segmento Maçã cozida ou raspada/ banana branca amassada	Formula de segmento Banana branca/ maçã cozida ou raspada
Jantar 16h			Papa de arroz branco com caldo de feijão carioca com caldo de file de frango desfiado com couve flor, abóbora e chuchu cozido e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão carioca com caldo de carne iscas desfiadas com cenoura e batata cozida e amassada separados	Polenta cremosa com caldo de filé de frango desfiado com creme de grão de bico com cenoura e chuchu cozido e amassado separados

Composição nutricional (média semanal de um turno)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	Vit. A (µg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
	364,9	45,6	15,4	14,1	4,8	309,8	44,2	210,0	4,1	59,1	3,1	855,6

Observações: Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser bem cozidos, ao colocá-los no prato, amassar bem com o garfo até atingir a consistência pastosa (papa/purê). O arroz deve ser bem cozido a ponto de poder ser amassado. Para as crianças que encontram dificuldade em consumir a carne ou frango desfiado, deve ser servido somente o molho desta preparação (pouco sal, só temperos naturais). **Crianças de 8 a 12 meses:** Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e GRADATIVAMENTE em pequenos pedaços até que a criança comece a aceitar preparações mais sólidas. Se na sua CEI, as crianças vão embora muito tarde, a papa de fruta OU fórmula de segmento 2 podem ser oferecidos depois do jantar, antes de a criança ir.



Elaine M. Prestes
CRN 10 3228

Sandra Maria Pereira
CRN 10 0275