



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



CARDÁPIO
7 a 11 meses

JULHO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 01/07	TERÇA-FEIRA 02/07	QUARTA-FEIRA 03/07	QUINTA-FEIRA 04/07	SEXTA-FEIRA 05/07
TURNO MATUTINO					
Café da manhã 7h30	Leite materno/ Formula de segmento Maçã cozida ou raspada/ banana branca amassada	Leite materno/ Formula de segmento Banana branca/maçã cozida ou raspada	Leite materno/Formula de segmento Banana branca/ Purê de caqui	Leite Materno/ Formula de segmento Banana branca com aveia	Leite materno/ Formula de segmento Maçã cozida ou raspada/ banana branca amassada
Almoço 11h	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo frango desfiado com batata e cenoura cozido e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão carioca com caldo de frango desfiado com abóbora e brócolis cozido e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de carne moída desfiado com chuchu e cenoura cozido e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão carioca com caldo de carne iscas desfiadas com batata doce e abóbora cozida e amassada	Papa de arroz branco com caldo de lentilha com caldo de carne desfiada com abóbora e chuchu cozida e amassada separados
Café da tarde 14h	Leite materno/ Formula de segmento Maçã cozida ou raspada/ banana branca amassada	Leite materno/ Formula de segmento Banana branca/ Mamão amassado	Leite materno/Formula de segmento Banana branca com aveia	Leite Materno/ Formula de segmento Banana branca/ Purê de maçã	Leite materno/ Formula de segmento Mamão amassado/ banana branca assada e amassada
Jantar 16h	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de carne desfiada com batatas e a cenoura cozida e amassado separados	Sopa de macarrão cabelo de anjo com aipim, abóbora, chuchu, cenoura e caldo frango desfiado e amassado	Papa de arroz branco com caldo de feijão carioca com caldo carne moída com brócolis e abóbora cozida e amassada separados	Canja de galinha: arroz papa, caldo de frango desfiado, abóbora, batata, cenoura, chuchu e salsinha amassados	Polenta cremosa com caldo de carne moída com cenoura e beterraba cozida 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)
	887,6	120,4	40,1	29,7	13,9	796,1	97,9	426,8	8,9	154,8	8,1	2394,7

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



Elaine M. Prestes
CRN 10 3228

Sandra Maria Pereira
CRN 10 0275