



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



CARDÁPIO
7 a 11 meses

FEVEREIRO 2024

SEGUNDA-FEIRA
19/02

TERÇA-FEIRA
20/02

QUARTA-FEIRA
21/02

QUINTA-FEIRA
22/02

SEXTA-FEIRA
23/02

TURNO MATUTINO

	SEGUNDA-FEIRA 19/02	TERÇA-FEIRA 20/02	QUARTA-FEIRA 21/02	QUINTA-FEIRA 22/02	SEXTA-FEIRA 23/02
Café da manhã 7h30	Formula de segmento Maçã cozida ou raspada/ banana branca amassada	Formula de segmento Banana branca/ maçã cozida ou raspada	Formula de segmento Banana branca com aveia	Formula de segmento Abacate amassado/ 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 com batata salsa, brócolis e cenoura cozida e amassada separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de frango desfiado com creme de grão de bico com cenoura e chuchu cozido e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de lentilha com caldo carne moída com batata e abóbora cozida e amassada separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão carioca com caldo carne desfiada com brócolis e cenoura cozida e amassada separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de frango desfiado com purê de batata salsa e beterraba cozida e amassada separados

TURNO VESPERTINO

	SEGUNDA-FEIRA 19/02	TERÇA-FEIRA 20/02	QUARTA-FEIRA 21/02	QUINTA-FEIRA 22/02	SEXTA-FEIRA 23/02
Café da tarde 14h	Formula de segmento Abacate amassado / banana branca amassada	Formula de segmento Banana branca/ maçã cozida ou raspada	Formula de segmento Banana branca com aveia	Formula de segmento Mamão cozida ou raspada/ banana branca amassada	Formula de segmento Banana branca/ maçã cozida ou raspada
Jantar 16h	Papa de arroz branco com caldo de lentilha com caldo de carne moída com purê de abóbora e batata cozida e amassada	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de carne desfiada com cenoura e couve flor cozida e amassada separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de carne moída com batata e cenoura cozida e amassada separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo frango desfiado com batata e abóbora cozida e amassada separados	Papa de macarrão cabelo de anjo com caldo de carne moída com chuchu e brócolis 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)
	374,6	49,8	15,1	16,4	4,8	309,8	44,2	210,0	4,1	59,1	3,1	374,6

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).

Elaine M. Prestes
CRN 10 3228

Sandra Maria Pereira
CRN 10 0275

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

