



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



CARDÁPIO  
7 a 11 meses

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 7h30</b>	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 manga	Curso	Curso
<b>Almoço 11h</b>	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de frango desfiado com batata e chuchu cozido e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão carioca com caldo carne desfiada com batata e abóbora cozido e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de frango desfiado com ervilha e cenoura cozida e amassada separados		
<b>Café da tarde 14h</b>	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	Curso	Curso
<b>Jantar 16h</b>	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de carne desfiada com abóbora, batata e cenoura cozida e amassados separados	Sopa de macarrão cabelo de anjo com legumes e filé de peito desfiado com aipim, cenoura, couve-flor, espinafre e salsinha cozido e amassado	Polenta cremosa com caldo de carne moída com brócolis e cenoura 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)
	789,6	81,2	36,1	23,7	11,6	747,1	93,9	416,1	7,5	142,8	7,4	2304,6

**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



**Elaine M. Prestes**  
CRN 10 3228

**Sandra Maria Pereira**  
CRN 10 0275