



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



CARDÁPIO
7 a 11 meses

AGOSTO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 12/08	TERÇA-FEIRA 13/08	QUARTA-FEIRA 14/08	QUINTA-FEIRA 15/08	SEXTA-FEIRA 16/08
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 Manga	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 de carne moída com couve flor e cenoura cozida e amassados separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão carioca com caldo de frango desfiado com abóbora e batata cozida e amassada separados	Papa de arroz branco com caldo de lentilha com caldo de carne desfiada com chuchu com cenoura cozida amassado refogados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de carne iscas desfiadas com batata e cenoura cozida e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de frango desfiado com cenoura e batata 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 manga	Leite materno/ Formula de segmento Mamão amassado/ banana branca assada e amassada
Jantar 16h	Sopa de macarrão conchinha, tomate, batata, abóbora, chuchu e filé de frango desfiado e amassado	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de carne moída com batata e cenoura cozida e amassados separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de filé de frango brócolis e abóbora cozida e amassada e separados	Papa de macarrão padre nosso com caldo de carne moída com chuchu e cenoura cozido e amassado separado	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de carne iscas desfiadas com batata 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)
	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