



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



CARDÁPIO
7 a 11 meses

SETEMBRO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 09/09	TERÇA-FEIRA 10/09	QUARTA-FEIRA 11/09	QUINTA-FEIRA 12/09	SEXTA-FEIRA 13/09
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 lentilha com caldo de frango desfiado com abóbora e chuchu cozido e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo carne moída com cenoura e batata cozida e amassada separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão carioca com caldo carne desfiado com beterraba e abóbora cozida e amassada separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de frango desfiado com cenoura e brócolis cozido e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo carne moída com cenoura e batata cozida e amassada separados
Café da tarde 14h	Leite materno/ Formula de segmento Purê de manga/ 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/ Maçã cozida ou raspada	Leite materno/ Formula de segmento Mamão amassado/ banana branca assada e amassada
Jantar 16h	Papa de arroz branco com caldo de feijão carioca com caldo de carne moída com brócolis e abóbora cozida e amassados separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de filé frango desfiado com abóbora e chuchu cozido e amassados separados	Canja de arroz branco papa com filé de peito desfiado, tomate, cenoura, chuchu e batata bem cozido e amassados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de carne moída com purê de batata e abóbora cozida e amassados separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de carne desfiada com abóbora e couve flor cozida e amassada 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