



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



CARDÁPIO 7 a 11 meses  
APLV- ALERGIA BANANA- OVO- ABACATE-PÊSSEGO

MARÇO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 25/03	TERÇA-FEIRA 26/03	QUARTA-FEIRA 27/03	QUINTA-FEIRA 28/03	SEXTA-FEIRA 29/03
<b>TURNO MATUTINO</b>					
<b>Café da manhã 7h30</b>	Formula Aptamil Pepti Maçã cozida ou raspada/ Manga	Formula Aptamil Pepti Purê de manga /maçã cozida ou raspada	Formula Aptamil Pepti Maçã cozida ou raspada	Formula Aptamil Pepti Maçã cozida ou raspada/ Manga	
<b>Almoço 11h</b>	Papa de arroz branco com caldo de lentilha com caldo de frango desfiado com cenoura e batata cozida e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo carne moída cenoura e chuchu cozido e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão carioca com caldo de frango desfiado com abóbora e batata cozida e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de lentilha com caldo de frango desfiado com abóbora e batata cozida e amassado separados	<b>FERIADO</b>
<b>Café da tarde 14h</b>	Formula Aptamil Pepti Maçã cozida ou raspada/ Mamão amassado	Formula Aptamil Pepti Purê de manga /maçã cozida ou raspada	Formula Aptamil Pepti Maçã cozida ou raspada	Formula Aptamil Pepti Maçã cozida ou raspada/ Mamão	
<b>Jantar 16h</b>	Papa de macarrão cabelo de anjo com caldo de carne moída com cenoura e brócolis cozido e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo carne desfiada com batata e abóbora cozida e amassada separados	Polenta cremosa com caldo de frango desfiado com brócolis 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 amassado separados	<b>FERIADO</b>

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	855,6

**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