



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



CARDÁPIO 7 a 11 meses
APLV- BANANA -PESSEGO- ABACATE - OVO

FEVEREIRO 2024

SEGUNDA-FEIRA
19/02

TERÇA-FEIRA
20/02

QUARTA-FEIRA
21/02

QUINTA-FEIRA
22/02

SEXTA-FEIRA
23/02

TURNO MATUTINO

Café da manhã
7h30

Formula Aptamil Pepti
Maçã

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

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

Café da tarde
14h

Formula Aptamil Pepti
Maçã

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

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).

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