



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



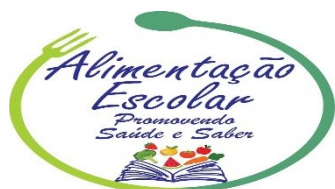
CARDÁPIO
EJA

MAIO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 06/05	TERÇA-FEIRA 07/05	QUARTA-FEIRA 08/05	QUINTA-FEIRA 09/05	SEXTA-FEIRA 10/05
LANCHE	Macarronada: Macarrão Caracolino com Carne moída ao molho sugo Salada: Repolho Salada: Tomate cubos	Arroz c/ cenoura Feijão Preto Carne suína cubos frita ao molho acebolada Salada: Cenoura cubinhos Salada: Beterraba cubos	Arroz c/ cenoura Feijão Carioca Filé de frango cubos com pimentão verde Salada: folhas verdes com manga cubos (alface/acetlga/rúcula)	Polenta Carne moída ao molho Salada: Repolho roxo Salada: Couve-flor BANANA	Arroz Feijão Preto Carne iscas ao sugo Farofa funcional Salada: Acetlga tirinhas Salada: Beterraba cubos
	MAÇA		CAQUI		

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	Vit. A (g)	Vit. C (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
	522,7	70,4	31,8	13,1	8,8	295,1	36,9	100,9	4,6	99,6	5,4	630,3

Observação: O cardápio pode sofrer alterações de acordo com a disponibilidade de alimentos.



Elaine M. Prestes
CRN 10 3228

Sandra Maria Pereira
CRN 10 0275