



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



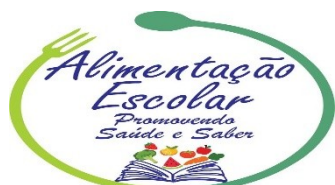
CARDÁPIO
EJA

MAIO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 20/05	TERÇA-FEIRA 21/05	QUARTA-FEIRA 22/05	QUINTA-FEIRA 23/05 (Cardápio Chinês)	SEXTA-FEIRA 24/05
LANCHE	Polenta Filé de frango cubos ao molho Salada: Repolho roxo Salada: Couve-flor	Polenta Filé de frango cubos ao molho Salada: Repolho roxo Salada: Couve-flor	Arroz Feijão Carioca Carne suína cubos frita ao molho acebolada Salada: Vagem cubos Salada: Alface roxa	<i>Arroz Colorido</i> Yakisoba com iscas bovinas Legumes salteados alho e óleo	Arroz Feijão Carioca File de coxa assada sem pele a portuguesa(tomate/cebola) Purê de Abóbora Salada: Repolho com abacaxi
	MAÇA	MAÇA	TANGERINA MORGOTE	BANANA	

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