



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



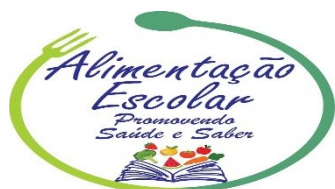
CARDÁPIO
EJA

JUNHO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 10/06	TERÇA-FEIRA 11/06	QUARTA-FEIRA 12/06	QUINTA-FEIRA 13/06	SEXTA-FEIRA 14/06
LANCHE	Arroz Feijão Carioca Carne iscas ao sugo Salada: Repolho verde Salada: Beterraba cubos	Canja de galinha (arroz, legumes e frango cubos (batata/cenoura/chuchu cubos, salsinha)	Arroz carreteiro Feijão Preto Farofa funcional Purê de Abóbora Salada: Acelga	Macarronada: Macarrão Gravata com Carne moída ao molho sugo Salada :Tomate cubos Salada: Repolho	Arroz Feijão Preto Frango à dorê (assado) Legumes na Manteiga: (brócolis e cenoura cubos)
		MAÇA	TANGERINA MORGOTE	LARANJA	

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