



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



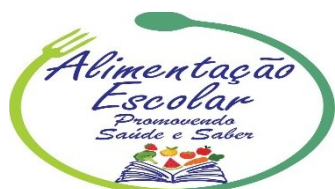
CARDÁPIO  
EJA

ABRIL 2024

	SEGUNDA-FEIRA 08/04	TERÇA-FEIRA 09/04	QUARTA-FEIRA 10/04	QUINTA-FEIRA 11/04	SEXTA-FEIRA 12/04
<b>LANCHE</b>	Risoto de Frango Lentilha Farofa funcional Salada: Repolho Salada: Beterraba ralada <b>LARANJA</b>	Macarronada: Macarrão Parafuso com Carne moída ao molho sugo Abóbora refogada Salada: Repolho verde <b>MAÇA</b>	Arroz Feijão Preto Carne iscas com abóbora Salada: folhas verdes com manga cubos (alface roxa/acetlga/rúcula)	<b>Sanduche:</b> Pão integral Patê de frango Repolho ralado/tomate Suco de uva integral gelado <b>CAQUI</b>	Arroz Feijão Preto Carne suína cubos frita ao molho Salada: Repolho com abacaxi cubos

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)
	510,6	65,9	26,9	10,7	12,3	235,7	44,7	104,2	4,1	112,8	3,8	642,9

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



<b>Elaine M. Prestes</b> CRN 10 3228 	<b>Sandra Maria Pereira</b> CRN 10 0275 
---	--