



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



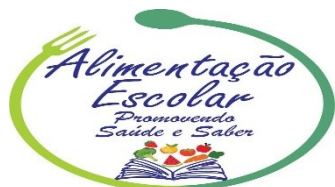
CARDÁPIO
EJA

AGOSTO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 05/08	TERÇA-FEIRA 06/08	QUARTA-FEIRA 07/08	QUINTA-FEIRA 08/08	SEXTA-FEIRA 09/08
LANCHE	Macarronada: Macarrão Penne com Carne moída ao molho sugo Salada: Cenoura cozida Salada: Beterraba cozida	Arroz Feijão Carioca Carne suína cubos frita ao molho acebolada Legumes refogados alho e óleo (brócolis, cenoura rodelas)	Polenta Cremosa Carne frango cubos ao molho com creme de grão de bico Salada :Alface Salada: Couve-flor	Canja de galinha (arroz, legumes /frango cubos (batata/abóbora/chuchu cubos, salsinha)	Arroz Feijão Preto Carne iscas com abóbora Farofa Funcional Salada: Acelga tirinhas Salada: Tomate cubos
	MAÇA		BANANA CATURRA	MAÇA	

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