



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



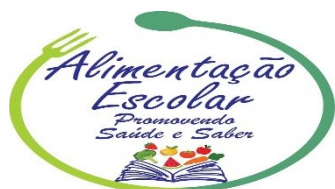
CARDÁPIO
EJA

AGOSTO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 12/08	TERÇA-FEIRA 13/08	QUARTA-FEIRA 14/08	QUINTA-FEIRA 15/08	SEXTA-FEIRA 16/08
LANCHE	Sopa de macarrão padre nosso com legumes e frango cubos (abóbora/batata doce/chuchu) TANGERINA MORGOTE	Arroz Feijão Preto Carne moída ao molho com cenoura Salada: Beterraba Cubos Salada: Chuchu cubos	Risoto de frango Lentilha Salada: Cenoura cozida Salada: Beterraba cozida BANANA CATURRA	Arroz Feijão Carioca Carne iscas ao sugo Seleta de legumes na manteiga (batata/milho) Salada: Tomate cubos LARANJA	Arroz Feijão Preto Frango cubos com creme de grão de bico Salada :Repolho roxo Salada: Couve-flor

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