



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



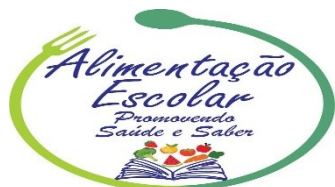
CARDÁPIO  
EJA

SETEMBRO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 23/09	TERÇA-FEIRA 24/09	QUARTA-FEIRA 25/09	QUINTA-FEIRA 26/09	SEXTA-FEIRA 27/09
<b>LANCHE</b>	Polenta Cremosa Carne frango cubos ao molho com abóbora cubos Salada :Repolho roxo Salada: Couve-flor  <b>LARANJA</b>	Arroz Feijão Preto Carne suína cubos frita ao molho cebolada Salada: Alface Salada: Tomate cubos	Arroz Feijão Preto File de coxa assada à portuguesa(tomate/cebola) Salada: Acelga tirinhas Salada: Cenoura cozida <b>MAÇA</b>	Arroz Feijão Carioca Carne moída com batata cubos ao molho sugo Farofa funcional Salada: Beterraba cubos Salada: Pepino salada	Macarronada: Macarrão Gravata com Carne moída ao molho sugo Salada: Alface Salada: Beterraba cubos  <b>BANANA CATURRA</b>

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.



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