



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



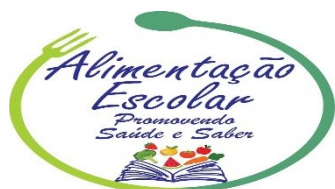
CARDÁPIO
EJA

ABRIL 2024

	SEGUNDA-FEIRA 22/04	TERÇA-FEIRA 23/04	QUARTA-FEIRA 24/04	QUINTA-FEIRA 25/04	SEXTA-FEIRA 26/04
LANCHE	Macarronada: Macarrão Penne com Carne moída ao molho sugo Salada: Repolho Salada: Tomate cubos MAÇA	Arroz c/ cenoura Feijão Preto Filé de frango cubos com creme de grão de bico Salada: Pepino cubos Salada: Beterraba cubos	Arroz Feijão Preto Carne suína frita acebolada Salada: Repolho verde com manga cubos Salada: Couve-flor	Polenta Carne iscas ao molho com batatas Salada: Chuchu cozido Salada: Tomate cubos BANANA	Risoto de Frango Lentilha Legumes alho/óleo (vagem/milho/chuchu) CAQUI

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