



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL  
11 a 15 ANOS

MAIO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 06/05	TERÇA-FEIRA 07/05	QUARTA-FEIRA 08/05	QUINTA-FEIRA 09/05	SEXTA-FEIRA 10/05
<b>LANCHE</b>	Macarronada: Macarrão Caracolino com Carne moída ao molho sugo Salada: Repolho Salada: Tomate cubos	Arroz c/ cenoura Feijão Preto Carne suína cubos frita ao molho acebolada Salada: Cenoura cubinhos Salada: Beterraba cubos	Arroz c/ cenoura Feijão Carioca Filé de frango cubos com pimentão verde Salada: folhas verdes com manga cubos (alface/acetlga/rúcula)	Biscoito doce caseiro Milk Shake de Cacau com açúcar  <b>BANANA</b>	Arroz Feijão Preto Carne iscas ao sugo Farofa funcional Salada: Acetlga tirinhas Salada: Beterraba cubos
	<b>MAÇA</b>		<b>CAQUI</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)
	501,8	68,4	27,1	11,6	8,1	213,9	33,6	147,3	3,8	106,0	4,1	564,8

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 
---	--