



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL  
11 a 15 ANOS

MAIO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 20/05	TERÇA-FEIRA 21/05	QUARTA-FEIRA 22/05	QUINTA-FEIRA 23/05	SEXTA-FEIRA 24/05
<b>LANCHE</b>	Polenta Filé de frango cubos ao molho Salada: Repolho roxo Salada: Couve-flor	Polenta Filé de frango cubos ao molho Salada: Repolho roxo Salada: Couve-flor	Arroz Feijão Carioca Carne suína cubos frita ao molho acebolada Salada: Vagem cubos Salada: Alface roxa	<i>(Cardápio Chinês)</i>  Arroz Colorido Yakisoba com iscas bovinas Legumes salteados alho e óleo	Arroz Feijão Carioca File de coxa assada sem pele a portuguesa(tomate/cebola) Purê de Abóbora Salada: Repolho com abacaxi
	<b>MAÇA</b>	<b>MAÇA</b>	<b>TANGERINA MORGOTE</b>	<b>BANANA</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.



**Elaine M. Prestes**  
CRN 10 3228

**Sandra Maria Pereira**  
CRN 10 0275