



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL
11 a 15 ANOS

JUNHO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 10/06	TERÇA-FEIRA 11/06	QUARTA-FEIRA 12/06	QUINTA-FEIRA 13/06	SEXTA-FEIRA 14/06
LANCHE	Arroz Feijão Carioca Carne iscas ao sugo Salada: Repolho verde Salada: Beterraba cubos	Canja de galinha (arroz, legumes e frango cubos (batata/cenoura/chuchu cubos, salsinha)	Arroz carreteiro Feijão Preto Farofa funcional Purê de Abóbora Salada: Acelga	Pão com Doce Cremoso Chocolate Quente (leite/cacau/ açúcar/especiarias)	Arroz Feijão Preto Frango à dorê (assado) Legumes na Manteiga: (brócolis e cenoura cubos)
		MAÇA	TANGERINA MORGOTE	LARANJA	

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