



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL
11 a 15 ANOS



JUNHO 2024

| | SEGUNDA-FEIRA 24/06 | TERÇA-FEIRA 25/06 | QUARTA-FEIRA 26/06 | QUINTA-FEIRA 27/06 | SEXTA-FEIRA 28/06 <i>(Aniversários do Mês)</i> |
|---------------|--|---|---|---|---|
| LANCHE | Arroz Feijão Carioca Estopinha (Filé de Cação, cebola, tomate, pimentão, salsa) Farofa Funcional Salada: Repolho Roxo Salada: Acelga tirinhas | Canja de galinha (arroz, legumes e frango cubos (batata/abóbora/ chuchu cubos, salsinha) | Arroz Feijão Preto Carne suína frita cebolada Legumes refogados alho e óleo (chuchu, cenoura rodela) | Arroz Feijão Preto Frango cubos com creme de grão de bico Salada :Beterraba cubos Salada: Acelga | Bolo Tipo Red Velvet com cobertura de baunilha Chocolate Quente com pouco açúcar e especiarias |
| | | MAÇA | TANGERINA MORGOTE | | BANANA |

| 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.



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