



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL
11 a 15 ANOS

JULHO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 29/07	TERÇA-FEIRA 30/07	QUARTA-FEIRA 31/07	QUINTA-FEIRA 01/08	SEXTA-FEIRA 02/08
LANCHE	Canja de galinha (arroz, legumes e frango cubos (batata/abóbora/chuchu cubos, salsinha) MAÇA	Arroz Feijão Preto Carne moída ao molho com cenoura Farofa funcional Salada: Repolho Salada: Beterraba cubos	Polenta Cremosa Carne frango cubos ao molho com creme de grão de bico Salada :Acelga Salada: Couve-flor TANGERINA MORGOTE	Pão com Doce Cremoso Chocolate Quente (leite/cacau/ amido/açúcar/especia rias BANANA CATURRA	Arroz Feijoada (feijão preto /pernil cubos e calabresa) Farofa Funcional Repolho verde refogado com couve- manteiga ao alho e óleo 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
---	--