



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL
11 a 15 ANOS

AGOSTO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 19/08	TERÇA-FEIRA 20/08	QUARTA-FEIRA 21/08	QUINTA-FEIRA 22/08	SEXTA-FEIRA 23/08
LANCHE	Risoto de frango Lentilha Legumes refogados (brócolis com cenoura cubos)	Arroz Feijão Preto Carne suína cubos frita ao molho acebolada Purê de abóbora Salada: Repolho	<i>(Cardápio Italiano)</i> Macarrão Talharim Molhos: 1) Carne moída à bolonhesa 2) Fricassé ao molho branco Salada: Folhas (Alface verde e roxa)	Biscoito Caseiro Chocolate Quente (leite/cacau/ amido/açúcar/ especiarias) BANANA CATURRA	Arroz Feijão Carioca Estopinha (Filé de Cação, cebola, tomate, pimentão, salsa) Farofa Funcional Salada: Repolho Roxo Salada: Couve-flor
			MAÇA		

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
---	--