



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL  
11 a 15 ANOS

SETEMBRO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 23/09	TERÇA-FEIRA 24/09	QUARTA-FEIRA 25/09	QUINTA-FEIRA 26/09	SEXTA-FEIRA 27/09
<b>LANCHE</b>	Polenta Cremosa Carne frango cubos ao molho com abóbora cubos Salada :Repolho roxo Salada: Couve-flor  <b>LARANJA</b>	Arroz Feijão Preto Carne suína cubos frita ao molho acebolada Salada: Alface Salada: Tomate cubos	Arroz Feijão Preto File de coxa assada à portuguesa(tomate/cebola) Salada: Acelga tirinhas Salada: Cenoura cozida <b>MAÇA</b>	Bolo de cacau com cobertura de cacau Café com leite adoçado  <b>BANANA CATURRA</b>  <i>(Aniversários do Mês)</i>	Macarronada: Macarrão Gravata com Carne moída ao molho sugo Salada: Cenoura cozida Salada: Couve-flor  <b>CONSELHO DE CLASSE</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.



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