



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL  
11 a 15 ANOS

MARÇO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 18/03	TERÇA-FEIRA 19/03	QUARTA-FEIRA 20/03	QUINTA-FEIRA 21/03	SEXTA-FEIRA 22/03
	<i>Reunião</i>	<i>(Cardápio Nordestino)</i>	<b>Sanduche:</b>	Macarronada:	Biscoito rosquinha de leite
	<i>Pedagógica</i>	Baião de dois c/ charque	Pão integral	Macarrão Parafuso	Milk Shake de Cacau com açúcar
<b>LANCHE</b>		Farofa Funcional	Patê de frango	com	<b>GOIABA</b>
		Vinagrete	Cenoura ralada/tomate	Carne moída ao	
		(pepino/cenoura/ tomate/cebola)	<b>REPOLHO</b>	molho sugo	
			Suco de uva integral gelado	<b>Salada: ACELGA</b>	
		<b>MAÇA</b>	<b>BANANA</b>	Salada: Beterraba cozida	

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)
	360,5	53,4	19,0	8,9	6,2	260,9	29,7	114,0	2,8	72,8	16,3	398,0

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