



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL
11 a 15 ANOS

ABRIL 2024

	SEGUNDA-FEIRA 15/04	TERÇA-FEIRA 16/04	QUARTA-FEIRA 17/04	QUINTA-FEIRA 18/04	SEXTA-FEIRA 19/04
LANCHE	Polenta Carne iscas ao molho com batatas Salada: Pepino cubos Salada: Tomate cubos	Arroz Feijão Preto Carne moída com cenoura cubos e milho Farofa Funcional Salada: Repolho com abacaxi cubos	Sanduche: Pão integral Patê de frango Alface/tomate Suco de uva integral gelado BANANA	logurte de morango Granóla tradicional MANGA PICADA	(Cardápio Mineiro) Arroz Feijão tropeiro c/ calabresa Frango cubos com quiabo ao sugo Salada: Acelga tirinhas Salada: Beterraba cubos 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
---	--