



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL  
6 a 10 ANOS

SETEMBRO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 16/09	TERÇA-FEIRA 17/09	QUARTA-FEIRA 18/09	QUINTA-FEIRA 19/09	SEXTA-FEIRA 20/09
<b>LANCHE</b>	Arroz Feijão Carioca Frango cubos com creme de grão de bico Salada :Chuchu cubos Salada: Brócolis	Macarronada: Macarrão Gravata com Carne moída ao molho sugo Salada: Alface Salada: Beterraba cubos  <b>LARANJA</b>	logurte de morango Mix de cereais: Granola tradicional com flocos de milho sem açúcar  <b>BANANA</b>	Arroz Feijão Carioca Frango cubos com abóbora Salada: Repolho ralado Salada: Cenoura ralada	<b>(Cardápio Gaúcho)</b>  Arroz Carreteiro (charque/iscas/linguiça) Feijão preto Salada: Tomate cubos Salada: Repolho  <b>MAÇA</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)
	351,7	46,3	19,2	9,2	5,2	170,4	24,3	106,1	2,5	69,4	2,9	512,3

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 
---	--