



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL  
ALERGIA À OVO- AMENDOIM

MARÇO 2024

	<b>SEGUNDA-FEIRA 04/03</b>	<b>TERÇA-FEIRA 05/03</b>	<b>QUARTA-FEIRA 06/03</b>	<b>QUINTA-FEIRA 07/03</b>	<b>SEXTA-FEIRA 09/03</b>
<b>LANCHE</b>	Macarronada: Macarrão sêmola com Carne moída ao molho sugo Salada: Repolho verde Salada: Beterraba cozida	Torta de frango e legumes sem ovo (/tomate/cebola/cenoura) Suco de uva integral	Arroz Feijão Preto Farofa funcional Carne iscas com abóbora <b>Salada: ACELGA COM MANGA CUBINHOS</b>	Arroz Feijão Carioca Estrogonofe de frango com requeijão caseiro Seleta de Legumes CUBOS (batata/cenoura)	logurte de morango Flocos de milho  <b>MANGA PICADA</b>
	<b>LARANJA</b>	<b>MAÇA</b>			

<b>Composição nutricional (média semanal)</b>	<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>FIBRAS (g)</b>	<b>Vit. A (g)</b>	<b>Vit. C (g)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Mg (mg)</b>	<b>Zn (mg)</b>	<b>Na (mg)</b>
	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