



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL
INTOLERÂNCIA À LACTOSE

JULHO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 29/07	TERÇA-FEIRA 30/07	QUARTA-FEIRA 31/07	QUINTA-FEIRA 01/08	SEXTA-FEIRA 02/08
LANCHE	Canja de galinha (arroz, legumes e frango cubos (batata/abóbora/chuchu cubos, salsinha) MAÇA	Arroz Feijão Preto Carne moída ao molho com cenoura Farofa funcional Salada: Repolho Salada: Beterraba cubos	Polenta Cremosa Carne frango cubos ao molho com creme de grão de bico Salada :Acelga Salada: Couve-flor TANGERINA MORGOTE	Pão sem lactose com Doce de fruta Cremoso Chocolate Quente (leite zero lactose/cacau/ amido/açúcar/especiarias BANANA CATURRA	Arroz Feijoada (feijão preto /pernil cubos e calabresa) Farofa Funcional Repolho verde refogado com couve-manteiga ao alho e óleo 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)
	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.



Elaine M. Prestes
CRN 10 3228

Sandra Maria Pereira
CRN 10 0275