



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL
INTOLERÂNCIA À LACTOSE

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>	Sanduche:	Macarronada:	Biscoito rosquinha sem lactose
	<i>Pedagógica</i>	Baião de dois c/ charque	Pão integral sem lactose	Macarrão Parafuso com	Milk Shake de Cacau com açúcar (leite zero lactose)
LANCHE		Farofa Funcional	Filé de frango desfiado refogado	Carne moída ao molho sugo	GOIABA
		Vinagrete (pepino/cenoura/ tomate/cebola)	Cenoura ralada/tomate	Salada: ACELGA	
		MAÇA	REPOLHO	Salada: Beterraba cozida	
			Suco de uva integral gelado		
			BANANA		

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)
	397,6	59,6	20,6	9,8	6,7	263,6	31,8	153,9	2,9	78,2	16,3	416,0

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
---------------------------------------------	------------------------------------------------