



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL
INTOLERÂNCIA À LACTOSE- OVO

AGOSTO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 19/08	TERÇA-FEIRA 20/08	QUARTA-FEIRA 21/08	QUINTA-FEIRA 22/08	SEXTA-FEIRA 23/08
LANCHE	Risoto de frango Lentilha Legumes refogados (brócolis com cenoura cubos)	Arroz Feijão Preto Carne suína cubos frita ao molho acebolada Purê de abóbora Salada: Repolho	<i>(Cardápio Italiano)</i> Macarrão Talharim Sêmola Molhos: 1) Carne moída à bolonhesa 2) Fricassé ao molho branco (leite zero lactose) Salada: Folhas (Alface verde e roxa)	Biscoito zero lactose, sem ovo Chocolate Quente (leite zero lactose/cacau/ amido/açúcar/especiarias)	Arroz Feijão Carioca Estopinha (Filé de Cação, cebola, tomate, pimentão, salsa) Farofa Funcional Salada: Repolho Roxo Salada: Couve-flor
			MAÇA	BANANA CATURRA	

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