



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL
INTOLERÂNCIA À LACTOSE- OVO

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