



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL
INTOLERÂNCIA À LACTOSE- OVO

ABRIL 2024

	SEGUNDA-FEIRA 08/04	TERÇA-FEIRA 09/04	QUARTA-FEIRA 10/04	QUINTA-FEIRA 11/04	SEXTA-FEIRA 12/04
LANCHE	Risoto de Frango Lentilha Farofa funcional Salada: Repolho Salada: Beterraba ralada LARANJA	Biscoito rosquinha de chocolate sem ovo Milk Shake de Cacau com açúcar (Leite zero lactose) MAÇA	Arroz Feijão Preto Carne iscas com abóbora Salada: folhas verdes com manga cubos (alface roxa/acetlga/rúcula)	Sanduche: Pão integral sem ovo Filé de frango refogado Repolho ralado/tomate Suco de uva integral gelado CAQUI	Arroz Feijão Preto Carne suína cubos frita ao molho Salada: Repolho com abacaxi cubos

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)
	503,2	59,1	24,7	11,3	10,9	192,7	39,8	181,6	3,9	105,6	21,8	552,3

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
---	--