



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL
INTOLERÂNCIA À LACTOSE- GLÚTEN

MARÇO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 04/03	TERÇA-FEIRA 05/03	QUARTA-FEIRA 06/03	QUINTA-FEIRA 07/03	SEXTA-FEIRA 09/03
LANCHE	Macarronada: Macarrão de arroz com Carne moída ao molho sugo Salada: Repolho verde Salada: Beterraba cozida	Torta de frango e legumes sem lactose e sem glúten (tomate/cebola/cenoura) Suco de uva integral	Arroz Feijão Preto Carne iscas com abóbora Salada: ACELGA COM MANGA CUBINHOS	Arroz Feijão Carioca Estrogonofe de frango com requeijão caseiro zero lactose Seleta de Legumes CUBOS (batata/cenoura)	logurte zero lactose de morango Flocos de arroz MANGA PICADA
	LARANJA	MAÇA			

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)
	519,9	76,2	26,7	10,2	8,4	236,7	33,2	108,7	3,9	104,4	4,1	573,9

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