



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL  
11 a 15 ANOS

OUTUBRO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 14/10	TERÇA-FEIRA 15/10	QUARTA-FEIRA 16/10	QUINTA-FEIRA 17/10	SEXTA-FEIRA 18/10
<b>LANCHE</b>	<b>PONTO FACULTATIVO</b>	<b>DIA DO PROFESSOR</b>	Arroz Feijão Preto Frango cubos Salada: Mix de folhas verdes com manga cubos (alface/acetga/rúcula)	Pão de Hot dog com carne moída refogada Suco de uva <b>BANANA</b>	Arroz Feijão Preto Frango cubos com creme de grão de bico Salada: Mix de folhas verdes com manga cubos (alface/acetga/rúcula)

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)
	401,4	54,7	21,1	9,2	6,1	213,9	33,6	147,3	3,8	106,0	4,1	564,8

Observação: O cardápio pode sofrer alterações de acordo com a disponibilidade de alimentos.



<b>Elaine M. Prestes</b> CRN 10 3228 	<b>Sandra Maria Pereira</b> CRN 10 0275 
---	--