



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



CARDÁPIO
7 a 11 meses

MARÇO 2025

10/03

11/03

12/03

13/03

14/03

TURNO MATUTINO

	10/03	11/03	12/03	13/03	14/03
Café da manhã 7h30	Formula de segmento Maçã cozida ou raspada/ banana branca amassada	Formula de segmento Banana branca/ Purê de manga	Formula de segmento Purê de manga	Formula de segmento Banana branca com aveia	Formula de segmento Maçã cozida ou raspada/ banana branca amassada
Almoço 11h	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo carne moída cenoura e chuchu cozido e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de frango desfiado com creme de abóbora e cenoura e chuchu cozido e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão de carioca com caldo de carne desfiada com couve flor e cenoura cozida e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão com caldo de frango desfiado com abóbora amassado	Papa de arroz branco com caldo de feijão de carioca com caldo de carne moída com chuchu e cenoura cozida e amassado separados
Café da tarde 14h	Formula de segmento Abacate amassado/ banana branca amassada	Formula de segmento Banana branca/ maçã cozida ou raspada	Formula de segmento Banana branca/ Mamão amassado	Formula de segmento Purê de manga	Formula de segmento Mamão amassado/ banana branca amassada
Jantar 16h	Papa de arroz branco com caldo de feijão de carioca com caldo de carne desfiada com chuchu e cenoura cozida e amassado separados	Polenta cremosa com caldo de frango desfiada com brócolis e cenoura cozida e amassados separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo carne moída cenoura e chuchu cozido e amassado separados	Papa de arroz branco com caldo de feijão com caldo de frango desfiado com chuchu amassado	Papa de macarrão cabelo de anjo com caldo de carne moída com chuchu e brócolis cozido e amassado separados

Composição nutricional (média semanal de um turno)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	Vit. A (µg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
	777,0	105,7	32,7	27,1	12,3	736,3	91,0	415,5	8,2	137,3	7,2	2008,8

Observações: Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser bem cozidos, ao colocá-los no prato, amassar bem com o garfo até atingir a consistência pastosa (papa/purê). O arroz deve ser bem cozido a ponto de poder ser amassado. Para as crianças que encontram dificuldade em consumir a carne ou frango desfiado, deve ser servido somente o molho desta preparação (pouco sal, só temperos naturais).

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e GRADATIVAMENTE em pequenos pedaços até que a criança comece a aceitar preparações mais sólidas. Se na sua CEI, as crianças vão embora muito tarde, a papa de fruta OU fórmula de segmento 2 podem ser oferecidos depois do jantar, antes de a criança ir.



Elaine M. Prestes
CRN 10 3228

Sandra Maria Pereira
CRN 10 0275