



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



CARDÁPIO
7 a 11 meses

MARÇO 2025

24/03

25/03

26/03

27/03

28/03

TURNO MATUTINO

| | | | | | |
|-------------------------------|---|--|---|--|---|
| 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 Banana branca/ purê de manga | Formula de segmento Maçã cozida ou raspada | Formula de segmento Banana branca com farinha de aveia |
| Almoço 11h | Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo carne moída cenoura e batata amassado separados | Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo frango desfiado cenoura e chuchu cozido e amassado separados | Papa de arroz branco com caldo de feijão carioca com caldo de com caldo carne desfiada com abóbora e batata cozida e amassado separados | Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de frango desfiado com abóbora e batata cozida e amassado separados | Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo carne desfiada com batata e abóbora cozida e amassada separados |
| Café da tarde 14h | Formula de segmento Maçã 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 Banana branca com farinha de aveia |
| Jantar 16h | Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de frango desfiado com creme de ervilha e batata cozida e amassada | Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo carne desfiada com batata e abóbora cozida e amassada separados | Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo carne moída cenoura e batata amassado separados | Papa de macarrão cabelo de anjo com caldo de carne moída com chuchu amassado | Papa de arroz branco com caldo de feijão preto com caldo de frango desfiado com abóbora e brócolis 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