



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



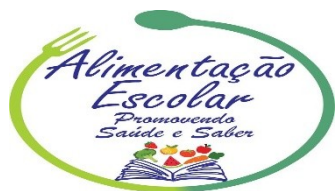
CARDÁPIO  
EJA

ABRIL 2025

	<b>SEGUNDA-FEIRA</b> <b>31/03</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b> <b>01/04</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b> <b>02/04</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b> <b>03/04</b>	<b>SEXTA-FEIRA</b> <b>04/04</b>
<b>LANCHE</b>	Macarronada: Macarrão Penne Carne moída ao molho sugo Salada: Beterraba cozida Salada :Repolho roxo	Arroz Feijão Preto Carne suína frita acebolada Salada: Folhas verdes com manga cubinhos (alface roxa/verde/manga)	Risoto de Frango Cremoso Feijão Carioca Farofa funcional Salada: Chuchu cubos Salada: Beterraba ralada	Arroz Feijão Preto Carne cubos ao molho sugo Farofa funcional Salada: Repolho roxo Salada: Couve flor	Arroz Feijão Preto File de coxa assada sem pele Salada: Tomate Cubos Salada: Chuchu cubos
	<b>Maçã</b>		<b>BANANA</b>		<b>CAQUI</b>

<b>Composição</b> <b>nutricional</b> <b>(média semanal)</b>	<b>Energia</b> <b>(kcal)</b>	<b>CHO</b> <b>(g)</b>	<b>PTN</b> <b>(g)</b>	<b>LPD</b> <b>(g)</b>	<b>FIBRAS</b> <b>(g)</b>	<b>Vit. A</b> <b>(g)</b>	<b>Vit. C</b> <b>(g)</b>	<b>Ca</b> <b>(mg)</b>	<b>Fe</b> <b>(mg)</b>	<b>Mg</b> <b>(mg)</b>	<b>Zn</b> <b>(mg)</b>	<b>Na</b> <b>(mg)</b>
	<b>560,1</b>	<b>86,2</b>	<b>28,8</b>	<b>11,4</b>	<b>12,2</b>	<b>110,5</b>	<b>28,7</b>	<b>105,9</b>	<b>5,6</b>	<b>137,2</b>	<b>5,0</b>	<b>788,2</b>

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