



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



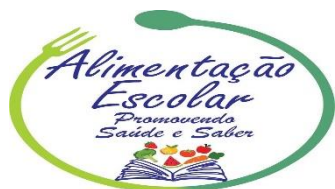
CARDÁPIO  
EJA

FEVEREIRO 2025

	SEGUNDA-FEIRA 10/02	TERÇA-FEIRA 11/02	QUARTA-FEIRA 12/02	QUINTA-FEIRA 13/02	SEXTA-FEIRA 14/02
<b>LANCHE</b>	Arroz Feijão Preto Carne iscas com batata cubos Farofa funcional Salada: Repolho ralado Salada: Beterraba cozida	Risoto de frango ao molho Feijão Carioca Farofa funcional Salada :Repolho roxo Salada: Acelga tirinhas  <b>MANGA PICADA</b>	Arroz Feijão Carioca Carne suína cubos frita cebollada Salada: Chuchu cubos Salada: Alface roxa  <b>MAÇA</b>	Macarronada: Macarrão Penne com Carne moída ao molho sugo Salada: Couve-flor Salada: Beterraba cozida  <b>MELANCIA</b>	Arroz Feijão Carioca File de coxa assada sem pele Salada: Tomate Cubos Salada: Pepino Salada

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)
	560,1	86,2	28,8	11,4	12,2	110,5	28,7	105,9	5,6	137,2	5,0	788,2

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 
---	--