



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL
11 a 15 ANOS

MARÇO 2025

	SEGUNDA-FEIRA 03/03	TERÇA-FEIRA 04/03	QUARTA-FEIRA 05/03	QUINTA-FEIRA 06/03	SEXTA-FEIRA 07/03
LANCHE	Ponto Facultativo	Feriado de carnaval	Arroz Feijão Carioca Estrogonofe de frango com requeijão caseiro Farofa Funcional Salada: Repolho ralado Salada: Beterraba cozida	Pão de hot dog (50 gr) Carne moída com cenoura ralada ao sugo Suco de uva integral adoçado e gelado MAÇA	Macarronada: Macarrão Parafuso com Linguiça calabresa ao sugo Salada: Mix de folhas com manga cubos MELANCIA

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)
	329,8	47,6	16,6	8,3	4,2	93,2	17,5	61,1	2,4	58,0	2,5	413,2

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