



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL
6 a 10 ANOS

MARÇO 2025

	SEGUNDA-FEIRA 17/03	TERÇA-FEIRA 18/03	QUARTA-FEIRA 19/03	QUINTA-FEIRA 20/03	SEXTA-FEIRA 21/03
LANCHE	Macarronada: Macarrão Parafuso Carne moída ao molho sugo Salada: Beterraba cozida Salada :Acelga tirinhas	logurte de morango Mix de cereais: Granóla tradicional com flocos de milho BANANA	Arroz Feijão Preto Carne iscas ao sugo Farofa Funcional Salada: Tomate Salada: Chuchu	Sanduche natural: Pão integral Patê de Frango (frango/ cenoura ralada/repolho /tomate/creme verde) Suco de uva integral adoçado e gelado MAÇA	Arroz Feijão Preto Carne suína frita acebolada Salada: Couve-flor Salada: Repolho roxo LARANJA

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)
	449,9	62,9	22,2	10,9	8,0	73,7	20,3	132,0	4,3	95,6	4,2	672,4

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
---	--