



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL
6 a 10 ANOS

MARÇO 2025

	SEGUNDA-FEIRA 24/03	TERÇA-FEIRA 25/03	QUARTA-FEIRA 26/03	QUINTA-FEIRA 27/03 <i>(Aniversários do Mês)</i>	SEXTA-FEIRA 28/03
LANCHE	Risoto de frango cremoso Feijão Carioca Legumes refogados alho e óleo (chuchu, cenoura rodadas)	Arroz Feijão Preto Carne iscas ao sugo Farofa funcional Salada: Repolho Salada: Beterraba cubos	Macarronada: Macarrão Parafuso Carne moída ao molho sugo Salada: Pepino salada Salada: Tomate cubos	Bolo de cacau sem recheio com cobertura de cacau Suco de uva integral adoçado gelado LARANJA	Arroz Feijão Carioca Estrogonofe de frango com requeijão caseiro Seleta de Legumes CUBOS (batata/milho/brócolis) BANANA
	MAÇA				

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
---------------------------------------------	------------------------------------------------