



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



CARDÁPIO FUNDAMENTAL
ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA

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 soja 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 | Sanduíche natural: Pão integral, sem leite Patê de Frango (frango/ cenoura ralada/repolho /tomate) 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