



Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (6-10 anos)



3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 13/09/21	TERÇA-FEIRA 14/09/21	QUARTA-FEIRA 15/09/21	QUINTA-FEIRA 16/09/21	SEXTA-FEIRA 17/09/21
LANCHE	Polenta ao molho ao molho de Carne moída Salada de repolho	Arroz Branco Farofa de cenoura com calabresa Salada de brócolis Laranja	Galinhada Salada de Alface Maçã	Macarrão ao molho de carne em tiras	Arroz Branco Coxa e Sobrecoxa assada Salada de Acelga

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
	985	131	33	27	8	308	131	319	5	166	5	1014

Cibele Recco Vendrametto de Araújo CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata CRN-1062