

JUNHO 2024

EMEB/ EMEI/EJA/APAE

1ª Semana	2ª FEIRA 3/jun	3ª FEIRA 4/jun	4ª FEIRA 5/jun	5ª FEIRA 6/jun	6ª FEIRA 7/jun
REFEIÇÃO Horários:	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA NUTRITIVA (FARINHA DE MILHO, OVO, ERVILHA, TOMATE E CENOURA), SALADA DE PEPINO, LARANJA	ARROZ, FRANGO COM ABÓBORA, SALADA DE REPOLHO E MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CAÇÃO COM BATATA, SALADA DE BETERRABA, MAÇÃ	PÃO COM CARNE MOÍDA COM CENOURA RALADA, SUCO DE ACEROLA BANANA	ARROZ, CARNE EM CUBOS COM BERINJELA, SALADA DE ACELGA, MAMÃO
Semanal*		Energia (Kcal)	Carboidratos (g%)	Proteínas (g%)	Lipídios (g%)
EMEB/EJA/EE		491,70	75,0 – 61%	19,8 – 16%	13,6 – 25%
EMEI		372,50	54,9 – 59%	16,9 – 18%	10,4 – 25%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.



JUNHO 2024

EMEB/ EMEI/EJA/APAE

2ª Semana	2ª FEIRA 10/jun	3ª FEIRA 11/jun	4ª FEIRA 12/jun	5ª FEIRA 13/jun	6ª FEIRA 14/jun
REFEIÇÃO Horários:	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM ABOBRINHA, SALADA DE PEPINO, ABACAXI	ARROZ, STROGONOFF DE FRANGO, BATATA PALHA, SALADA DE ACELGA E MAÇÃ	MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOIDA E ESCAROLA, SALADA DE REPOLHO, MELANCIA	ARROZ, CARNE EM CUBOS COM CHUCHU, SALADA DE ALFACE, BANANA	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM PIMENTÃO, SALADA DE COUVE, LARANJA
Composição Nutricional (Média Semanal)*		Energia (Kcal)	Carboidratos (g%)	Proteínas (g%)	Lipídios (g%)
EMEB/EJA/EE		405,60	71,7 – 71%	20,1 – 20%	13,6 – 25%
EMEI		357,80	49,7 – 56%	16,7 – 19%	11,3 – 29%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.


Kárem Miyuki Bando
 CRN - 4873
 Nutricionista



JUNHO 2024

EMEB/ EMEI/EJA/APAE

3ª Semana	2ª FEIRA 17/jun	3ª FEIRA 18/jun	4ª FEIRA 19/jun	5ª FEIRA 20/jun	6ª FEIRA 21/jun
REFEIÇÃO Horários:	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA E VAGEM, SALADA DE ACELGA, MAÇÃ	ARROZ, CARNE EM CUBOS COM ABÓBORA, SALADA DE TOMATE, MAMÃO	MACARRÃO, FRANGO AO MOLHO COM BRÓCOLIS, SALADA DE ALFACE E BANANA	ARROZ, CARNE MOÍDA COM BATATA DOCE, SALADA DE PEPINO E ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM MANDIOQUINHA, SALADA DE REPOLHO E MELÃO
		Energia (Kcal)	Carboidratos (g%)	Proteínas (g%)	Lipídios (g%)
EMEB/EJA/EE		514,70	79,3 – 62%	21,3 – 17%	11,0 – 19%
EMEI		382,50	57,0 – 60%	17,8 – 19%	10,5 – 25%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.



JUNHO 2024

4ª Semana	2ª FEIRA 24/jun	3ª FEIRA 25/jun	4ª FEIRA 26/jun	5ª FEIRA 27/jun	6ª FEIRA 28/jun
REFEIÇÃO Horários:	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA NUTRITIVA (FARINHA DE MILHO, OVO, COUVE, TOMATE E CENOURA), SALADA DE PEPINO, MELANCIA	ARROZ, CARNE EM CUBOS COM BATATA, SALADA DE ACELGA, MAÇÃ	MACARRÃO, CARNE MOÍDA AO MOLHO COM BERINJELA, SALADA DE REPOLHO, ABACAXI	ARROZ, FRANGO COM ESPINAFRE, SALADA DE ALFACE E BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM ABOBRINHA, SALADA DE BETERRABA E MELÃO
		Energia (Kcal%)	Carboidratos (g%)	Proteínas (g%)	Lipídios (g%)
EMEB/EJA/EE		489,80	74,8 – 61%	19,9 – 16%	13,8 – 25%
EMEI		351,80	51,6 – 59%	16,4 – 19%	10,2 – 26%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.


Karem Miyuki Bando
 CRN - 4873
 Nutricionista