SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOITUVA -SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (ALFERES VERCELINO)

OUTUBRO 2023

	2ª FEIRA 02/10/23	3ª FEIRA 03/10/23	4ª FEIRA 04/10/23	5ª FEIRA 05/10/23	6ª FEIRA 06/10/23
MERENDA 21H	Arroz, feijão, moída com batata e cenoura Salada: acelga com couve Fruta: melancia	Arroz, feijão-preto com lombo Farofa de cenoura Fruta:Melão	Arroz, feijão, cação com legumes(batata, cenoura, *tomate e cheiro verde) *Salada: tomate *Fruta: laranja	Macarrão com molho de carne moída Salada: pepino *Fruta: Banana	CONSELHO DE CLASSE

Composição Nutricional Média Semanal	Energia Kcal	Carboidratos (g)	% VET	Proteínas (g)	% VET	Lipídios (g)	% VET
	545	78	58	17	11	15	15

	2ª FEIRA 09/10/23	3ª FEIRA 10/10/23	4ª FEIRA 11/10/23	5ª FEIRA 12/10/23	6ª FEIRA 13/10/23
MERENDA 9H 15H 21H	Arroz, strogonoff de frango batata palha Fruta: Maçã	Pão com moída Suco de fruta	Arroz, feijão, lombo com batata doce e cenoura Salada: pepino e tomate Fruta: banana	FERIADO NACIONAL	PONTO FACULTATIVO

Composição Nutricional Média semanal	Energia Kcal	Carboidratos (g)	% VET	Proteínas (g)	% VET	Lipídios (g)	% VET
	543	76	56	16	10	16	16

* VET -valor energético total

***AGRICULTURA FAMILIAR**

Rachel Hahne CRN3- 27680
Nutricionista

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOITUVA -SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (ALFERES VERCELINO)

OUTUBRO 2023

	2ª FEIRA 16/10/23	3ª FEIRA 17/10/23	4ª FEIRA 18/10/23	5ª FEIRA 19/10/23	6ª FEIRA 20/10/23
MERENDA	Arroz com frango, feijão Salada: beterraba cozida Fruta: melancia	Arroz, feijão, moída com brócolis e cenoura Salada: acelga Fruta: maça	Arroz, feijão preto com lombo, farofa de cenoura *Fruta: laranja	Arroz, feijão, cubos com abóbora e batata *Salada: alface *Fruta banana	Macarrão com molho de carne moída Salada: tomate Fruta: abacaxi

Composição Nutricional Média semanal	**Energia Kcal**	**Carboidratos (g)**	**% VET**	**Proteínas (g)**	**% VET**	**Lipídios (g)**	**% VET**
	545	**78**	**58**	**17**	**11**	**15**	**15**

	2ª FEIRA 23/10/23	3ª FEIRA 24/10/23	4ª FEIRA 25/10/23	5ª FEIRA 26/10/23	6ª FEIRA 27/10/23
MERENDA **9H** **15H** **21H**	Arroz, feijão, ovos mexidos com cenoura e abobrinha ralados cheiro verde Salada: pepino Fruta: abacaxi	Arroz, feijão, lombo com cenoura e tomate Salada: acelga com couve Fruta: melancia	Macarrão com carne moída Salada: repolho bicolor *Fruta: banana	Arroz, feijão, cubos com batata doce e cenoura *Salada: tomate *Fruta:laranja	Arroz, strogonoff de frango batata palha Fruta: maça

Composição Nutricional Média semanal	**Energia Kcal**	**Carboidratos (g)**	**% VET**	**Proteínas (g)**	**% VET**	**Lipídios (g)**	**% VET**
	547	**79**	**59**	**17**	**11**	**15**	**15**

* VET -valor energético total

***AGRICULTURA FAMILIAR**

Rachel Hahne CRN3- 27680
Nutricionista

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOITUVA -SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (ALFERES VERCELINO)

OUTUBRO/ NOVEMBRO 2023

	2ª FEIRA 30/10/23	**3ª FEIRA 31/10/23**	**4ª FEIRA 01/11/23**	**5ª FEIRA 02/11/23**	**6ª FEIRA 03/11/23**
MERENDA **9H** **15H** **21H**	Arroz com frango, feijão, Salada:beterraba cozida Fruta: laranja	Arroz, feijão, lombo com batata doce Salada: pepino com tomate Fruta: maça	Macarrão com moída Salada: alface Fruta: melão	FERIADO NACIONAL	PONTO FACULTATIVO

Composição Nutricional Média semanal	**Energia Kcal**	**Carboidratos (g)**	**% VET**	**Proteínas (g)**	**% VET**	**Lipídios (g)**	**% VET**
	547	**79**	**59**	**17**	**11**	**15**	**15**

* VET -valor energético total

Rachel Hahne CRN3- 27680
Nutricionista