

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



CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (ALFERES VERCELINO)

DEZEMBRO 2023

	2ª FEIRA 04/12/23	3ª FEIRA 05/12/23	4ª FEIRA 06/12/23	5ª FEIRA 07/12/23	6ª FEIRA 08/12/23		
MERENDA 21H	Arroz, feijão, moída com batata e cenoura Salada: pepino Fruta: abacaxi	Arroz, feijão, lombo com batata doce Salada: Repolho Fruta: Melancia	Macarrão com molho de carne moída Salada: tomate Fruta: laranja	Arroz, feijão, cubos com brócolis e batata Salada: acelga com couve Fruta: banana	Arroz, stroganoff de frango batata palha Fruta: maça		
Composição Nutricional Média Semanal	Energia Kcal 545	Carboidratos (g) 78	% VET 58	Proteínas (g) 17	% VET 11	Lipídios (g) 15	% VET 15
	2ª FEIRA 11/12/23	3ª FEIRA 12/12/23	4ª FEIRA 13/12/23	5ª FEIRA 14/12/23	6ª FEIRA 15/12/23		
MERENDA 9H 15H 21H	Arroz, feijão, moída com abobrinha e batata Salada: beterraba cozida Fruta: melão	Arroz, feijão, cubos com mandioca Salada: acelga com cenoura Fruta: maça	Arroz com frango, feijão, Salada: alface Fruta: banana	Arroz, feijão, lombo com batata doce e cenoura Salada: tomate Fruta: laranja	Macarrão com moída salada: repolho (roxo e branco) Fruta: melancia		
Composição Nutricional Média semanal	Energia Kcal 543	Carboidratos (g) 76	% VET 56	Proteínas (g) 16	% VET 10	Lipídios (g) 16	% VET 16

* VET -valor energético total

Rachel Hahne CRN3- 27680
Nutricionista