

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

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (ALFERES VERCELINO)

CARDÁPIO ROTATIVO Novembro 2024

	2ª FEIRA 04/11/24	3ª FEIRA 05/11/24	4ª FEIRA 06/11/24	5ª FEIRA 07/11/24	6ª FEIRA 08/11/24		
MERENDA 21H	Arroz, feijão, ovos mexidos com cenoura e abobrinha ralados cheiro verde Salada: Acelga Fruta: Abacaxi	Arroz com frango, feijão Salada: Pepino Fruta: Melancia	Arroz, feijão, cubos c/ *mandioca Salada: * Alface / tomate* Fruta: Banana	Arroz, feijão, lombo c/ batata doce e cenoura* Salada: Repolho colorido Fruta: Melão	Polenta c/ carne moída Salada: Couve Fruta: Maçã		
Composição Nutricional Média Semanal ¹	Energia Kcal	Carboidratos (g)	% VET	Proteínas (g)	% VET	Lipídios (g)	% VET
	545	78	58	17	11	15	15

	2ª FEIRA 11/11/24	3ª FEIRA 12/11/24	4ª FEIRA 13/11/24	5ª FEIRA 14/11/24	6ª FEIRA 15/11/24		
MERENDA 9H 15H 21H	Arroz, feijão, moída com Batata e abobrinha Salada: Pepino Fruta: Melão	Arroz, strogonoff de frango batata palha Fruta: Maça	Arroz, feijão, lombo c/ tomate e cenoura* *Salada: Alface Fruta: Melancia	Macarrão c/ carne moída Salada: Acelga c/ cenoura Fruta: Laranja	Programação da República		
Composição Nutricional Média semanal ¹	Energia Kcal	Carboidratos (g)	% VET	Proteínas (g)	% VET	Lipídios (g)	% VET
	543	76	56	16	10	16	16

¹ Média semanal do cálculo nutricional do cardápio Ensino médio (16 a 18 anos) em período integral planejado para atender 20% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto na Resolução FNDE nº06, de 08 de maio de 2020, e Resolução FNDE nº20 de 02 de dezembro de 2020

Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio

* VET -valor energético total

Adriana Moro CRN3- 9796
Nutricionista

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



CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (ALFERES VERCELINO)

CARDÁPIO ROTATIVO 2024

	2ª FEIRA 18/11/24	3ª FEIRA 19/11/24	4ª FEIRA 20/11/24	5ª FEIRA 21/11/24	6ª FEIRA 22/11/24		
MERENDA	Arroz, feijão, frango c/ cenoura e abobrinha Salada: Repolho colorido Fruta: Melancia	Arroz, feijão, moída com batata e chuchu Salada: Acelga Fruta: Abacaxi	Consciência Negra	Arroz, feijão-preto com lombo Farofa de cenoura Fruta: Laranja	Macarrão com carne moída Salada: *Alface c/ tomate* Fruta: Maçã		
Composição Nutricional Média semanal ¹	Energia Kcal	Carboidratos (g)	% VET	Proteínas (g)	% VET	Lipídios (g)	% VET
	545	78	58	17	11	15	15

	2ª FEIRA 25/11/24	3ª FEIRA 26/11/24	4ª FEIRA 27/11/24	5ª FEIRA 28/11/24	6ª FEIRA 29/11/24		
MERENDA 9H 15H 21H	Arroz, feijão, moída com batata e cenoura Salada: Pepino Fruta: Melão	Macarrão com carne moída Salada: Pepino Fruta: Melancia	Arroz, feijão cubos com *mandioca e *cenoura *Salada: Tomate Fruta: Maçã	Arroz, feijão, lombo com batata doce *Salada: Alface Fruta: banana	rroz, strogonoff de frango batata palha Fruta: Abacaxi		
Composição Nutricional Média semanal ¹	Energia Kcal	Carboidratos (g)	% VET	Proteínas (g)	% VET	Lipídios (g)	% VET
	547	79	59	17	11	15	15

¹ Média semanal do cálculo nutricional do cardápio Ensino médio (16 a 18 anos) em período integral planejado para atender 20% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto na Resolução FNDE nº06, de 08 de maio de 2020, e Resolução FNDE nº20 de 02 de dezembro de 2020

Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio

* VET -valor energético total

Adriana Moro CRN3- 9796
Nutricionista

