

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



**CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (ALFERES VERCELINO)**

**CARDÁPIO ROTATIVO Outubro 2025**

	<b>2ª FEIRA 06/10/25</b>	<b>3ª FEIRA 07/10/25</b>	<b>4ª FEIRA 08/10/25</b>	<b>5ª FEIRA 09/10/25</b>	<b>6ª FEIRA 10/10/25</b>		
<b>MERENDA 9H 15H 21H</b>	Arroz com frango, feijão Salada: Pepino Fruta: Melância	Arroz, feijão, carne moída c/ abobrinha e mandioquinha Salada: Repolho Fruta: Maçã	Arroz, feijão preto com lombo Farofa de *cenoura Fruta: *Banana	Arroz, feijão cubos c/ *mandioca Salada: * Alface Fruta: *Laranja	Pão com carne moída Fruta: Abacaxi		
<b>Composição Nutricional Média Semanal <sup>1</sup></b>	<b>Energia Kcal</b>	<b>Carboidratos (g)</b>	<b>% VET</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>% VET</b>	<b>Lipídios (g)</b>	<b>% VET</b>
	<b>275</b>	<b>42</b>	<b>63</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	<b>11</b>	<b>30</b>

	<b>2ª FEIRA 13/10/25</b>	<b>3ª FEIRA 14/10/25</b>	<b>4ª FEIRA 15/10/25</b>	<b>5ª FEIRA 16/10/25</b>	<b>6ª FEIRA 17/10/25</b>		
<b>MERENDA 9H 15H 21H</b>	Arroz, feijão, carne moída c/ batata e chuchu Salada: Pepino Fruta: Melão	Arroz, feijão, cubos com abóbora Salada: Acelga Fruta: Abacaxi	<b>DIA DO PROFESSOR</b>	Arroz, feijão, lombo c/ *tomate Salada: *Beterraba Fruta: *Laranja	Arroz, Stroganoff de frango Batata palha Fruta: Melância		
<b>Composição Nutricional Média semanal <sup>1</sup></b>	<b>Energia Kcal</b>	<b>Carboidratos (g)</b>	<b>% VET</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>% VET</b>	<b>Lipídios (g)</b>	<b>% VET</b>
	<b>272</b>	<b>40</b>	<b>61</b>	<b>8</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>20</b>

<sup>1</sup> 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 Outubro 2025**

	<b>2ª FEIRA 20/10/25</b>	<b>3ª FEIRA 21/10/25</b>	<b>4ª FEIRA 22/10/25</b>	<b>5ª FEIRA 23/10/25</b>	<b>6ª FEIRA 24/10/25</b>		
<b>MERENDA 9H 15H 21H</b>	Arroz, feijão, ovos mexidos com *cenoura e abobrinha ralados *cheiro verde Salada: Repolho bicolor Fruta: Abacaxi	Arroz, Feijão, Cuscuz de frango Salada: Acelga Fruta: Maçã	Arroz, feijão, cubos com *mandioca Salada: *Alface Fruta *Banana	Arroz, feijão, lombo com batata e *cenoura Salada: Couve c/ *tomate Fruta:* Laranja	Polenta com molho de carne moída Salada: Pepino Fruta: Melão		
<b>Composição Nutricional Média semanal <sup>1</sup></b>	<b>Energia Kcal</b>	<b>Carboidratos (g)</b>	<b>% VET</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>% VET</b>	<b>Lipídios (g)</b>	<b>% VET</b>
	<b>275</b>	<b>42</b>	<b>63</b>	<b>9</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>25</b>

	<b>2ª FEIRA 27/10/25</b>	<b>3ª FEIRA 28/10/25</b>	<b>4ª FEIRA 29/10/25</b>	<b>5ª FEIRA 30/10/25</b>	<b>6ª FEIRA 31/10/25</b>		
<b>MERENDA 9H 15H 21H</b>	PONTO FACULTATIVO	Arroz, feijão, carne moída com batata e chuchu Salada: pepino Fruta: Abacaxi	Arroz com frango (cenoura)*, feijão Salada: Repolho colorido Fruta: Melância	Arroz, feijão preto com lombo Farofa de abobrinha Fruta: Melão	Macarrão com carne moída Salada: Acelga Fruta: Maçã		
<b>Composição Nutricional Média semanal <sup>1</sup></b>	<b>Energia Kcal</b>	<b>Carboidratos (g)</b>	<b>% VET</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>% VET</b>	<b>Lipídios (g)</b>	<b>% VET</b>
	<b>273</b>	<b>41</b>	<b>62</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	<b>11</b>	<b>30</b>

<sup>1</sup> 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