

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

**CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (ALFERES VERCELINO)**

**CARDÁPIO ROTATIVO Dezembro 2024**

	<b>2ª FEIRA 02/12/24</b>	<b>3ª FEIRA 03/12/24</b>	<b>4ª FEIRA 04/12/24</b>	<b>5ª FEIRA 05/12/24</b>	<b>6ª FEIRA 06/12/24</b>		
<b>MERENDA 21H</b>	Arroz com frango, feijão Salada: Acelga Fruta: Melão	Arroz, feijão, moída com batata e chuchu Salada: Pepino Fruta: Maçã	Arroz, feijão, cubos c/ Batata doce Salada: Couve Fruta: Banana	Arroz, feijão-preto com lombo Farofa de couve Fruta: Abacaxi	Macarrão com carne moída Salada: Repolho colorido 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>545</b>	<b>78</b>	<b>58</b>	<b>17</b>	<b>11</b>	<b>15</b>	<b>15</b>

	<b>2ª FEIRA 09/12/24</b>	<b>3ª FEIRA 10/12/24</b>	<b>4ª FEIRA 11/12/24</b>	<b>5ª FEIRA 12/12/24</b>	<b>6ª FEIRA 13/12/24</b>		
<b>MERENDA 9H 15H 21H</b>	Arroz, feijão, moída com batata e abobrinha Salada: Pepino Fruta: Maçã	Arroz, strogonoff de frango e batata palha Salada: Acelga Fruta: Melão	Arroz, feijão cubos com batata e chuchu Salada: Couve Fruta: Melância	Arroz, feijão lombo c/ batata doce Salada: Repolho colorido Fruta: Laranja	Macarrão c/ carne moída Salada: Chuchu na salsa 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>543</b>	<b>76</b>	<b>56</b>	<b>16</b>	<b>10</b>	<b>16</b>	<b>16</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

