

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



**CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (ALFERES VERCELINO)**

**CARDÁPIO ROTATIVO Novembro 2025**

	<b>2ª FEIRA 01/12/25</b>	<b>3ª FEIRA 02/12/25</b>	<b>4ª FEIRA 03/12/25</b>	<b>5ª FEIRA 04/12/25</b>	<b>6ª FEIRA 05/12/25</b>		
<b>MERENDA 9H 15H 21H</b>	Arroz, strogonoff de frango Batata Palha Fruta: Maçã	Arroz, feijão, carne moída c/ mandioquinha e chuchu Salada: Pepino Fruta: Melão	Arroz, feijão, lombo c/ batata doce Salada: Repolho colorido Fruta: Abacaxi	Arroz, feijão cubos c/ abóbora Salada: Couve Fruta: Maçã	Macarrão com carne moída Salada: Acelga 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>275</b>	<b>42</b>	<b>63</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	<b>11</b>	<b>30</b>

	<b>2ª FEIRA 08/12/25</b>	<b>3ª FEIRA 09/12/25</b>	<b>4ª FEIRA 10/12/25</b>	<b>5ª FEIRA 11/12/25</b>	<b>6ª FEIRA 12/12/25</b>		
<b>MERENDA 9H 15H 21H</b>	Arroz, feijão, carne moída c/ batata e abobrinha Salada: Pepino Fruta: Melão	Arroz, feijão preto com lombo Farofa de abobrinha Fruta: Melância	Arroz, feijão, cubos com abóbora Salada: Repolho colorido Fruta: Abacaxi	Arroz, Feijão, frango c/ Salada: Acelga Fruta: Maçã	Macarrão com 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>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 Novembro 2025**

	<b>2ª FEIRA 17/11/25</b>	<b>3ª FEIRA 18/11/25</b>	<b>4ª FEIRA 19/11/25</b>	<b>5ª FEIRA 20/11/25</b>	<b>6ª FEIRA 21/11/25</b>		
<b>MERENDA 9H 15H 21H</b>	Arroz, feijão, frango c/ batata e chuchu Salada: Acelga Fruta: Maçã	Arroz, Feijão preto com lombo Farofa de de abobrinha Fruta: Melão	Macarrão com carne moída Salada: Repolho colorido Fruta: Abacaxi	<b>CONSCIÊNCIA NEGRA</b>	<b>PONTO FACULTATIVO</b>		
<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 24/11/25</b>	<b>3ª FEIRA 25/11/25</b>	<b>4ª FEIRA 26/11/25</b>	<b>5ª FEIRA 27/11/25</b>	<b>6ª FEIRA 28/11/25</b>		
<b>MERENDA 9H 15H 21H</b>	Arroz, feijão, ovos mexidos com *cenoura e abobrinha ralados *cheiro verde Salada: Pepino Fruta: Melância	Arroz, feijão, carne moída c/ chuchu e batata Salada: Acelga Fruta: Melão	Arroz , feijão, cubos com batata Salada: *Alface Fruta: *Banana	Arroz com frango (*cenoura e cheiro verde*) Salada: *Beterraba Fruta: *Laranja	Macarrão com carne moída Salada: *Tomate 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 n°06, de 08 de maio de 2020, e Resolução FNDE n°20 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