

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

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (ALFERES VERCELINO)

CARDÁPIO ROTATIVO Outubro 2024

	2ª FEIRA 07/10/24	3ª FEIRA 08/10/24	4ª FEIRA 09/10/24	5ª FEIRA 10/10/24	6ª FEIRA 11/10/24		
MERENDA 21H	Arroz, feijão, ovos mexidos com cenoura e abobrinha ralados cheiro verde Salada: Acelga c/ cenoura Fruta: Maçã	Arroz com frango, feijão Salada: beterraba cozida Fruta: Melância	Arroz, feijão, cubos com *mandioca *Salada: Alface <u>*Fruta: Banana</u>	Arroz, feijão preto com lombo Farofa de cenoura * Fruta: Laranja	Pão c/ carne moída Suco de Abacaxi		
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 14/10/24	3ª FEIRA 15/10/24	4ª FEIRA 16/10/24	5ª FEIRA 17/10/24	6ª FEIRA 18/10/24		
MERENDA 9H 15H 21H	Arroz, feijão, Frango c/ abobrinha e batata Salada: Pepino Fruta: Maçã	Arroz, feijão, moída com chuchu e cenoura em cubos Salada: acelga com couve Fruta: Laranja	Macarrão com molho de frango desfiado Salada: Repolho bicolor Fruta: Melão	Arroz, feijão, lombo c/ batata doce e cenoura Salada: Alface Fruta: Banana	Arroz, strogonoff de carne batata palha Fruta: Abacaxi		
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 21/10/24	3ª FEIRA 22/10/24	4ª FEIRA 23/10/24	5ª FEIRA 24/10/24	6ª FEIRA 25/10/24		
MERENDA	Arroz, feijão, frango c/ cenoura e abobrinha Salada: Acelga c/ tomate Fruta: Melancia	Arroz, feijão, moída com batata e chuchu Salada: Pepino Fruta: Melão	Arroz, feijão preto com lombo *Farofa de cenoura *Fruta: Banana	Arroz, feijão, cubos com *mandioca *Salada: Alface Fruta: Laranja	Macarrão com carne moída Salada: Acelga c/ tomate* Fruta: Maça		
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 28/10/24	3ª FEIRA 29/10/24	4ª FEIRA 30/10/24	5ª FEIRA 31/10/24	6ª FEIRA 01/11/24		
MERENDA 9H 15H 21H	Dia do funcionário Publico	Arroz, feijão, lombo com batata doce Salada: Repolho colorido Fruta: Melância	Macarrão com carne moída * Salada: Alface *Fruta: Banana	Arroz, feijão, cubos com batata e *cenoura *Salada: Tomate Fruta: Maçã	Arroz, strogonoff de frango batata palha Fruta: Melão		
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

