

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



**CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (ALFERES VERCELINO)**

**SETEMBRO 2023**

	<b>2ª FEIRA 04/09/23</b>	<b>3ª FEIRA 05/09/23</b>	<b>4ª FEIRA 06/09/23</b>	<b>5ª FEIRA 07/09/23</b>	<b>6ª FEIRA 08/09/23</b>		
<b>MERENDA 21H</b>	Arroz, feijão, moida com batata e cenoura Salada: pepino Fruta: laranja	Arroz, feijão-preto com lombo Farofa de cenoura Fruta: maçã	Feriado municipal	Feriado nacional	Ponto Facultativo		
<b>Composição Nutricional Média Semanal</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 11/09/23</b>	<b>3ª FEIRA 12/09/23</b>	<b>4ª FEIRA 13/09/23</b>	<b>5ª FEIRA 14/09/23</b>	<b>6ª FEIRA 15/09/23</b>		
<b>MERENDA 9H 15H 21H</b>	Arroz, feijão, moida com abobrinha e batata Salada: beterraba cozida Fruta: melão	Arroz, strogonoff de frango batata palha Fruta: Maçã	Arroz, feijão, lombo com batata doce e cenoura <u>*Salada: alface</u> <u>*Fruta: banana</u>	Arroz, feijão, cubos com mandioca Salada: tomate <u>*Fruta: laranja</u>	Macarrão com molho de carne moída Salada: acelga com cenoura Fruta: abacaxi		
<b>Composição Nutricional Média semanal</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>

\* VET -valor energético total

**\*AGRICULTURA FAMILIAR**

Rachel Hahne CRN3- 27680

Nutricionista

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



**CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (ALFERES VERCELINO)**

**SETEMBRO 2023**

	<b>2ª FEIRA 18/09/23</b>	<b>3ª FEIRA 19/09/23</b>	<b>4ª FEIRA 20/09/23</b>	<b>5ª FEIRA 21/09/23</b>	<b>6ª FEIRA 22/09/23</b>		
<b>MERENDA</b>	Arroz, feijão, cuscuz de frango Salada: repolho bicolor Fruta: melancia	Arroz, feijão, moída com abobrinha e cenoura em cubos Salada: beterraba cozida Fruta: maçã	Arroz, feijão preto com lombo, farofa de cenoura <u>*Fruta: laranja</u>	Arroz, feijão, cubos com abóbora e batata <u>*Salada: tomate</u> <u>*Fruta: banana</u>	Macarrão com molho de carne moída Salada: pepino com tomate Fruta: melão		
<b>Composição Nutricional Média semanal</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 25/09/23</b>	<b>3ª FEIRA 26/09/23</b>	<b>4ª FEIRA 27/09/23</b>	<b>5ª FEIRA 28/09/23</b>	<b>6ª FEIRA 29/09/23</b>		
<b>MERENDA 9H 15H 21H</b>	Arroz, feijão, ovos mexidos com cenoura e abobrinha ralados cheiro verde Salada: acelga com cenoura Fruta: melancia	Arroz, feijão, lombo com cenoura e tomate Salada: pepino Fruta: abacaxi	Arroz, stroganoff de frango batata palha <u>*Fruta: banana</u>	Arroz, feijão, cubos com batata doce e cenoura <u>*Salada: alface</u> <u>*Fruta: laranja</u>	Macarrão com carne moída Salada: tomate Fruta: maçã		
<b>Composição Nutricional Média semanal</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>547</b>	<b>79</b>	<b>59</b>	<b>17</b>	<b>11</b>	<b>15</b>	<b>15</b>

\* VET -valor energético total

**\*AGRICULTURA FAMILIAR**

Rachel Hahne CRN3- 27680

Nutricionista