

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



CARDÁPIO ENSINO EJA/ETEC

OUTUBRO 2023

	2ª FEIRA 02/10/23	3ª FEIRA 03/10/23	4ª FEIRA 04/10/23	5ª FEIRA 05/10/23	6ª FEIRA 06/10/23		
MERENDA 21H	Arroz, feijão, moída com batata e cenoura Salada: acelga com couve Fruta: melancia	Arroz, feijão-preto com lombo Farofa de cenoura Fruta: Melão	Arroz, feijão, cação com legumes(batata, cenoura, *tomate e cheiro verde) <u>*Salada: tomate</u> <u>*Fruta: laranja</u>	Macarrão com molho de carne moída Salada: pepino <u>*Fruta: Banana</u>	CONSELHO DE CLASSE		
Composição Nutricional Média Semanal	Energia Kcal	Carboidratos (g)	% VET	Proteínas (g)	% VET	Lipídios (g)	% VET
	477	71	60	16	13	13	27

	2ª FEIRA 09/10/23	3ª FEIRA 10/10/23	4ª FEIRA 11/10/23	5ª FEIRA 12/10/23	6ª FEIRA 13/10/23		
MERENDA 21H	Arroz, strogonoff de frango batata palha Fruta: Maçã	Pão com moída Suco de fruta	Arroz, feijão, lombo com batata doce e cenoura Salada: pepino e tomate Fruta: banana	<u>FERIADO NACIONAL</u>	PONTO FACULTATIVO		
Composição Nutricional Média Semanal	Energia Kcal	Carboidratos (g)	% VET	Proteínas (g)	% VET	Lipídios (g)	% VET
	478	70	59	17	14	14	28

* 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 EJA/ETEC

OUTUBRO 2023

	2ª FEIRA 16/10/23	3ª FEIRA 17/10/23	4ª FEIRA 18/10/23	5ª FEIRA 19/10/23	6ª FEIRA 20/10/23		
MERENDA 21H	Arroz com frango, feijão Salada: beterraba cozida Fruta: melancia	Arroz, feijão, moída com brócolis e cenoura Salada: acelga Fruta: maçã	Arroz, feijão preto com lombo, farofa de cenoura <u>*Fruta: laranja</u>	Arroz, feijão, cubos com abóbora e batata <u>*Salada: alface</u> <u>*Fruta: banana</u>	Macarrão com molho de carne moída Salada: tomate Fruta: abacaxi		
Composição Nutricional Média Semanal	Energia Kcal	Carboidratos (g)	% VET	Proteínas (g)	% VET	Lipídios (g)	% VET
	477	72	62	16	13	14	28

	2ª FEIRA 23/10/23	3ª FEIRA 24/10/23	4ª FEIRA 25/10/23	5ª FEIRA 26/10/23	6ª FEIRA 27/10/23		
MERENDA 21H	Arroz, feijão, ovos mexidos com cenoura e abobrinha ralados cheiro verde Salada: pepino Fruta: abacaxi	Arroz, feijão, lombo com cenoura e tomate Salada: acelga com couve Fruta: melancia	Arroz, strogonoff de frango batata palha <u>*Fruta: banana</u>	Arroz, feijão, cubos com batata doce e cenoura <u>*Salada: tomate</u> <u>*Fruta: laranja</u>	Macarrão com carne moída Salada: repolho bicolor Fruta: maçã		
Composição Nutricional Média Semanal	Energia Kcal	Carboidratos (g)	% VET	Proteínas (g)	% VET	Lipídios (g)	% VET
	479	70	59	18	15	16	30

* 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 EJA/ETEC

OUTUBRO/ NOVEMBRO 2023

	2ª FEIRA 30/10/23	3ª FEIRA 31/10/23	4ª FEIRA 01/11/23	5ª FEIRA 02/11/23	6ª FEIRA 03/11/23		
MERENDA 21H	Arroz com frango, feijão, Salada: beterraba cozida Fruta: laranja	Arroz, feijão, lombo com batata doce Salada: pepino com tomate Fruta: maçã	Macarrão com moída Salada: alface Fruta: melão	FERIADO NACIONAL	PONTO FACULTATIVO		
Composição Nutricional Média Semanal	Energia Kcal	Carboidratos (g)	% VET	Proteínas (g)	% VET	Lipídios (g)	% VET
	479	70	59	18	15	16	30

* VET -valor energético total

Rachel Hahne CRN3- 27680
Nutricionista