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

CARDÁPIO ENSINO EJA/ETEC

DEZEMBRO 2023

	2ª FEIRA 04/12/23	3ª FEIRA 05/12/23	4ª FEIRA 06/12/23	5ª FEIRA 07/12/23	6ª FEIRA 08/12/23
MERENDA 21H	Arroz, feijão, moída com batata e cenoura Salada: pepino Fruta: abacaxi	Arroz, feijão, lombo com batata doce Salada: Repolho Fruta:Melão	Arroz, strogonoff de frango batata palha Fruta: Maçã	Arroz, feijão, cubos com brócolis e batata Salada: acelga com couve Fruta:banana	Macarrão com molho de carne moída Salada: tomate Fruta: maça

Composição Nutricional Média Semanal	**Energia Kcal**	**Carboidratos (g)**	**% VET**	**Proteínas (g)**	**% VET**	**Lipídios (g)**	**% VET**
	477	**71**	**60**	**16**	**13**	**13**	**27**

	2ª FEIRA 11/12/23	3ª FEIRA 12/12/23	4ª FEIRA 13/12/23	5ª FEIRA 14/12/23	6ª FEIRA 15/12/23
MERENDA 21H	Arroz, feijão, moída com abobrinha e batata Salada: beterraba cozida Fruta: melão	Arroz, feijão, cubos com mandioca Salada acelga com cenoura Fruta maça	Arroz com frango, feijão, Salada: alface Fruta: banana	Arroz, feijão, lombo com batata doce e cenoura Salada: tomate Fruta: laranja	Macarrão com moída salada:repolho (roxo e branco) Fruta:melancia

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

Rachel Hahne CRN3- 27680
Nutricionista

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

CARDÁPIO ENSINO EJA/ETEC

DEZEMBRO 2023

	2ª FEIRA 18/12/23	**3ª FEIRA 19/12/23**	**4ª FEIRA 20/12/23**	**5ª FEIRA 21/12/23**	**6ª FEIRA 22/12/23**
MERENDA 21H	Arroz com frango, feijão, Salada: repolho bicolor Fruta: laranja	Macarrão com moída Salada: pepino Fruta: banana	Conselho de classe	RECESSO	RECESSO

Composição Nutricional Média Semanal	**Energia Kcal**	**Carboidratos (g)**	**% VET**	**Proteínas (g)**	**% VET**	**Lipídios (g)**	**% VET**
	477	**72**	**62**	**16**	**13**	**14**	**28**

* VET -valor energético total

Rachel Hahne CRN3- 27680
Nutricionista