

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



**CARDÁPIO ENSINO EJA/ETEC**

**CARDÁPIO ROTATIVO Março 2024**

	<b>2ª FEIRA 04/03/24</b>	<b>3ª FEIRA 05/03/24</b>	<b>4ª FEIRA 06/03/24</b>	<b>5ª FEIRA 07/03/24</b>	<b>6ª FEIRA 08/03/24</b>		
<b>MERENDA 21H</b>	Arroz, feijão, moída com batata e cenoura Salada: acelga com cenoura Fruta: melancia	Arroz, feijão, lombo com batata doce e cenoura Salada: pepino Fruta: abacaxi	Arroz, feijão, cação com legumes(batata, cenoura, tomate e cheiro verde) Salada: alface Fruta: banana	Arroz, feijão, cubos com mandioca Salada: tomate Fruta: maçã	Macarrão com molho de carne moída Salada: repolho Fruta: laranja		
<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>477</b>	<b>71</b>	<b>60</b>	<b>16</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>27</b>

	<b>2ª FEIRA 11/03/24</b>	<b>3ª FEIRA 12/03/24</b>	<b>4ª FEIRA 13/03/24</b>	<b>5ª FEIRA 14/03/24</b>	<b>6ª FEIRA 15/03/24</b>		
<b>MERENDA 21H</b>	Arroz, strogonoff de frango batata palha Fruta: Maçã	Arroz, feijão, moída com batata e abobrinha Salada: repolho bicolor Fruta: melancia	Arroz, feijão, cubos com batata e cenoura Salada: tomate Fruta: banana	Arroz, feijão-preto com lombo Farofa de cenoura Fruta: Melão	Macarrão com molho de carne moída Salada: pepino Fruta: laranja		
<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>478</b>	<b>70</b>	<b>59</b>	<b>17</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>28</b>

<sup>1</sup> Média semanal do cálculo nutricional do cardápio Eja (19 a 60 anos) em período parcial -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 atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio

\* 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**

**CARDÁPIO ROTATIVO Março 2024**

	<b>2ª FEIRA 18/03/24</b>	<b>3ª FEIRA 19/03/24</b>	<b>4ª FEIRA 20/03/24</b>	<b>5ª FEIRA 21/03/24</b>	<b>6ª FEIRA 22/03/24</b>		
<b>MERENDA 21H</b>	Arroz com frango, feijão Salada: beterraba cozida Fruta: melancia	Arroz, feijão, moída com mandioquinha e chuchu Salada: acelga Fruta: maça	Arroz, feijão, lombo com batata e cenoura Salada: pepino Fruta: laranja	Arroz, feijão, cubos com abóbora e batata Salada: alface Fruta: banana	Macarrão com molho de carne moída Salada: tomate Fruta: abacaxi		
<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>477</b>	<b>72</b>	<b>62</b>	<b>16</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>28</b>

	<b>2ª FEIRA 25/03/24</b>	<b>3ª FEIRA 26/03/24</b>	<b>4ª FEIRA 27/03/24</b>	<b>5ª FEIRA 28/03/24</b>	<b>6ª FEIRA 29/03/24</b>		
<b>MERENDA 21H</b>	Arroz, feijão, ovos mexidos com cenoura e abobrinha ralados cheiro verde Salada: pepino Fruta: laranja	Arroz, feijão, lombo com cenoura e tomate Salada: acelga Fruta: melancia	Arroz, strogonoff de frango batata palha Fruta: maça	Arroz, feijão, cubos com batata doce e cenoura Salada: tomate Fruta: banana	Feriado nacional		
<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>479</b>	<b>70</b>	<b>59</b>	<b>18</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>30</b>

<sup>1</sup> Média semanal do cálculo nutricional do cardápio Eja (19 a 60 anos) em período parcial -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 atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio

\* VET -valor energético total

Rachel Hahne CRN3- 27680

Nutricionista