

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

CARDÁPIO ENSINO EJA/ETEC

CARDÁPIO ROTATIVO Outubro 2025

	2ª FEIRA 06/10/25	3ª FEIRA 07/10/25	4ª FEIRA 08/10/25	5ª FEIRA 09/10/25	6ª FEIRA 10/10/25		
MERENDA 21H	Arroz com frango, feijão Salada: Pepino Fruta: Melância	Arroz, feijão, carne moída c/ abobrinha e mandioquinha Salada: Repolho Fruta: Maçã	Arroz, feijão preto com lombo Farofa de *cenoura Fruta: *Banana	Arroz, feijão cubos c/ *mandioca Salada: * Alface Fruta: *Laranja	Pão com carne moída Fruta: Abacaxi		
Composição Nutricional Média Semanal ¹	Energia Kcal	Carboidratos (g)	% VET	Proteínas (g)	% VET	Lipídios (g)	% VET
	477	71	60	16	13	13	27

	2ª FEIRA 13/10/25	3ª FEIRA 14/10/25	4ª FEIRA 15/10/25	5ª FEIRA 16/10/25	6ª FEIRA 17/10/25		
MERENDA 21H	Arroz, feijão, carne moída c/ batata e chuchu Salada: Pepino Fruta: Melão	Arroz, feijão, cubos com abóbora Salada: Acelga Fruta: Abacaxi	DIA DO PROFESSOR	Arroz, feijão, lombo c/ *tomate Salada: *Beterraba Fruta: *Laranja	Arroz, Stroganoff de frango Batata palha Fruta: Melância		
Composição Nutricional Média Semanal ¹	Energia Kcal	Carboidratos (g)	% VET	Proteínas (g)	% VET	Lipídios (g)	% VET
	272	40	61	8	11	9	20

¹ 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

Adriana Moro CRN3- 9796
Nutricionista

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



CARDÁPIO ENSINO EJA/ETEC

CARDÁPIO ROTATIVO Outubro 2025

	2ª FEIRA 20/10/25	3ª FEIRA 21/10/25	4ª FEIRA 22/10/25	5ª FEIRA 23/10/25	6ª FEIRA 24/10/25		
MERENDA 21H	Arroz, feijão, ovos mexidos com *cenoura e abobrinha ralados *cheiro verde Salada: Repolho bicolor Fruta: Abacaxi	Arroz, Feijão, Cuscuz de frango Salada: Acelga Fruta: Maçã	Arroz, feijão, cubos com *mandioca Salada: *Alface Fruta *Banana	Arroz, feijão, lombo com batata e *cenoura Salada: Couve c/ *tomate Fruta:* Laranja	Polenta com molho de carne moída Salada: Pepino Fruta: Melão		
Composição Nutricional Média Semanal ¹	Energia Kcal	Carboidratos (g)	% VET	Proteínas (g)	% VET	Lipídios (g)	% VET
	275	42	63	9	14	10	25

	2ª FEIRA 27/10/25	3ª FEIRA 28/10/25	4ª FEIRA 29/10/25	5ª FEIRA 30/10/25	6ª FEIRA 31/10/25		
MERENDA 21H	PONTO FACULTATIVO	FORMAÇÃO	Arroz com frango (cenoura)*, feijão Salada: Repolho colorido Fruta: Melância	Arroz, feijão preto com lombo Farofa de abobrinha Fruta: Melão	Macarrão com carne moída Salada: Acelga Fruta: Maçã		
Composição Nutricional Média Semanal ¹	Energia Kcal	Carboidratos (g)	% VET	Proteínas (g)	% VET	Lipídios (g)	% VET
	273	41	62	10	15	11	30

¹ 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

Adriana Moro CRN3- 9796
Nutricionista

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



CARDÁPIO ENSINO EJA/ETEC

CARDÁPIO ROTATIVO Outubro 2025

	2ª FEIRA 29/09/25	3ª FEIRA 30/09/25	4ª FEIRA 01/10/25	5ª FEIRA 02/10/25	6ª FEIRA 03/10/25		
MERENDA 9H 15H	Macarrão com molho frango desfiado Salada: Repolho colorido Fruta: Maçã	CONSELHO DE CLASSE	Arroz, feijão, cubos com abóbora e batata Salada: *Alface Fruta: *Laranja	Arroz, strogonoff de frango Batata palha Fruta Melância	Arroz, feijão, lombo com batata doce Salada: Couve c/ *tomate Fruta: abacaxi		
Composição Nutricional Média semanal ¹	Energia Kcal	Carboidratos (g)	% VET	Proteínas (g)	% VET	Lipídios (g)	% VET
	331	49	61	11	13	12	27

a 10 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 atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio

* VET -valor energético total

Adriana Moro CRN3- 9796
Nutricionista