

CARDÁPIO EJA – 01 DE SETEMBRO DE 2023

				SEXTA (01)
				Arroz Feijão Coxa e sobre coxa Alface Laranja

CARDÁPIO EJA– 04 A 08 DE SETEMBRO DE 2023

SEGUNDA (04)	TERÇA (05)	QUARTA (06)	QUINTA (07)	SEXTA (08)
Canjica com amendoim	Arroz Feijão Peito de frango Brócolis	Arroz Feijão Carne moída com vagem, tomate e cenoura Couve manteiga refogada Suco de laranja integral	FERIADO	RECESSO

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC..

Composição Nutricional do Cardápio (01 de setembro de 2023)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Lipídeos	Carboidratos	Proteínas	Energia ou VET (Kcal)
Pré Escola - 4 e 5 anos	4,75	50,31	15,98	307,93
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	5,59	59,19	18,8	362,28

Composição Nutricional do Cardápio (04 a 08 de setembro de 2023)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Lipídeos	Carboidratos	Proteínas	Energia ou VET (Kcal)
Pré Escola - 4 e 5 anos	5,55	48,91	15,69	345,82
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	6,53	57,55	18,47	406,85

N. Raitz R. J.
Nutricionistas:
Naiara T. Raitz CRN8-5976
Lovaine C. Levinske CRN8-7261
Solange P. Caldas CRN8- 2675



CARDÁPIO EJA– 11 a 15 DE SETEMBRO DE 2023

SEGUNDA (11)	TERÇA (12)	QUARTA (13)	QUINTA (14)	SEXTA (15)
Arroz Feijão Farofa de ovo	Arroz integral Feijão Pernil Batata Salsa	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa de frango Batata doce Alface Vitamina de mamão	Torta de frango Vitamina de frutas vermelhas Banana	Arroz Feijão Quibe assado Repolho bicolor Suco de morango Melão

CARDÁPIO EJA– 18 a 22 DE SETEMBRO DE 2023

SEGUNDA (18)	TERÇA (19)	QUARTA (20)	QUINTA (21)	SEXTA (22)
Macarrão com sardinha	Arroz com cenoura ralada Feijão Coxa e sobrecoxa de frango Acelga Suco Shreck	Pão integral com margarina Chá mate com leite Banana	Arroz integral Feijão Carne de porco a espanhola (legumes) Salada de abobrinha Manga	Risoto de frango com legumes Feijão Salada de agrião Mamão

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC..

N. Raitz
R. P.
J.
 Nutricionistas:
 Naiara T. Raitz CRN8-5976
 Lovaine C. Levinske CRN8-7261
 Solange P. Caldas CRN8- 2675

Composição Nutricional do Cardápio (11 a 15 de setembro de 2023)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Lipídeos	Carboidratos	Proteínas	Energia ou VET (Kcal)
Pré Escola - 4 e 5 anos	9	57	18,75	384
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	10,59	67,08	22,07	451,88

Composição Nutricional do Cardápio (18 a 22 de setembro de 2023)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Lipídeos	Carboidratos	Proteínas	Energia ou VET (Kcal)
Pré Escola - 4 e 5 anos	6,94	42,26	13,79	286,73
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	8,17	49,72	16,23	337,33



CARDÁPIO EJA– 25 a 29 DE SETEMBRO DE 2023

SEGUNDA (25)	TERÇA (26)	QUARTA (27)	QUINTA (28)	SEXTA (29)
Bolacha caseira Suco de abacaxi com leite	Polenta Frango desfiado ao molho	Pão com carne Iogurte Mamão	Arroz Lentilha Coxa e sobrecoxa de frango Salada de alface com azedinha Salada de frutas 1	Quirera com pernil Feijão Cenoura Maçã Suco de Uva Integral

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC..

Composição Nutricional do Cardápio (25 a 29 de setembro de 2023)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Lipídeos	Carboidratos	Proteínas	Energia ou VET (Kcal)
Pré Escola - 4 e 5 anos	6,16	42,99	14,82	286,74
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	7,25	50,58	17,44	337,35

N. Raitz *LP* *J.*

Nutricionistas:
Naiara T. Raitz CRN8-5976
Lovaine C. Levinske CRN8-7261
Solange P. Caldas CRN8- 2675

