



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SANTA LUZIA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA/ENSINO FUNDAMENTAL/EJA
04 – 05 ANOS/06 – 15 ANOS/31 – 60 ANOS – PERÍODO PARCIAL

SETEMBRO/2023

Dia	Data	Desjejum	Merenda	Informações Nutricionais	Fruta
Segunda	04/09	Vitamina de maçã + pão de batata com mussarela	Arroz Simples + Frango com Batata + Feijão Simples	Energia: 398,46 kcal CHO: 35,60g	PTN: 28,90g LIP: 15,43g
Terça	05/09	Achocolatado + biscoito de polvilho	Arroz Simples + Pernil com Abobrinha + Feijão Simples	Energia: 467,36 kcal CHO: 36,40g	PTN: 28,11g LIP: 23,66g
Quarta	06/09	Logurte + bolo	Arroz Simples + Carne Moída com Batata Doce + Feijão Preto	Energia: 466,61 kcal CHO: 47,75g	PTN: 27,83g LIP: 18,43g
Quinta	07/09		Independência do Brasil		
Sexta	08/09		Recesso		

* Cardápio sujeito a alterações.

Elaborado por: *Ana Lívia O. Costa*

Ana Leticia Oliveira Costa
Nutricionista
Matr.: 369305
Secretaria Municipal de Educação

OBS: o leite puro é uma opção servida todos os dias no desjejum.

O cardápio deve ser afixado em locais visíveis para conhecimento da comunidade escolar.



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SANTA LUZIA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA/ENSINO FUNDAMENTAL/EJA
04 – 05 ANOS/06 – 15 ANOS/31 – 60 ANOS – PERÍODO PARCIAL

SETEMBRO/2023

Dia	Data	Desjejum	Merenda	Informações Nutricionais	Fruta
Segunda	11/09	Vitamina de banana + bismaguinha com margarina	Arroz simples + Carne moída com chuchu + Feijão Simples	Energia: 417,36 kcal CHO: 36,30g	PTN: 27,21g LIP: 18,46g
Terça	12/09	Achocolatado + biscoito de polvilho	Arroz Simples + Fricasse de Frango + Purê de Batata	Energia: 686,42 kcal CHO: 57,66g	PTN: 36,27g LIP: 35,10g
Quarta	13/09	Iogurte + bolo	Arroz Simples + Pernil com Inhame + Feijão Preto + Alface crespa	Energia: 480,71 kcal CHO: 39,25g	PTN: 27,97g LIP: 23,60g
Quinta	14/09	Achocolatado + biscoito doce	Arroz Carreteiro + Seleta de Legumes + Feijão Simples	Energia: 399,58 kcal CHO: 33,55g	PTN: 16,42g LIP: 6,97g
Sexta	15/09	Suco + biscoito papa ovo	Arroz com Brócolis + Carne moída com batata baroa + Feijão Simples	Energia: 445,71 kcal CHO: 40,25g	PTN: 27,94g LIP: 18,68g

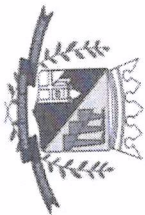
* Cardápio sujeito a alterações.

Elaborado por: *Sra. Sílvia D. Costa*

Área Letícia Oliveira Costa
Nutricionista
Matr.: 36505
Secretaria Municipal de Educação

OBS: o leite puro é uma opção servida todos os dias no desjejum.

O cardápio deve ser afixado em locais visíveis para conhecimento da comunidade escolar.



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SANTA LUZIA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CARDÁPIO PRÉ-ESCOLAR/ENSINO FUNDAMENTAL/EJA
04 - 05 ANOS/06 - 15 ANOS/31 - 60 ANOS - PERÍODO PARCIAL

SETEMBRO/2023

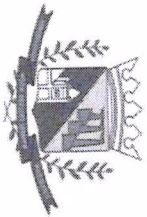
Dia	Data	Desjejum	Merenda	Informações Nutricionais	Fruta
Segunda	18/09	Vitamina de mamão + pão de batata com mussarela	Arroz Simples + Frango com Quiabo + Feijão Simples	Energia: 381,46 kcal CHO: 31,45g	PTN: 28,95g LIP: 15,58g
Terça	19/09	Achocolatado + biscoito polvilho	Arroz Simples + Carne moída com Moranga + Feijão Preto	Energia: 413,61 kcal CHO: 35g	PTN: 23,55g LIP: 18,43g
Quarta	20/09	Iogurte + bolo	Arroz Simples + Cubos bovinos com Mandioca + Feijão Simples	Energia: 467,96 kcal CHO: 46,35g	PTN: 27,85g LIP: 18,68g
Quinta	21/09	Achocolatado + biscoito doce	Galinhada + Mingau de amido com biscoito maria	Energia: 416,91 kcal CHO: 58,50g	PTN: 17,05g LIP: 12,63g
Sexta	22/09	Suco + biscoito papa ovo	Arroz Simples + Pernal acebolado + Feijão Tropeiro	Energia: 579,36 kcal CHO: 46,03g	PTN: 31,78g LIP: 29,46g

* Cardápio sujeito a alterações.

Elaborado por: *Ma. Sílvia O. Costa*
Ava Letícia Oliveira Costa
Nutricionista
Matr.: 36805
Secretaria Municipal de Educação

OBS: o leite puro é uma opção servida todos os dias no desjejum.

O cardápio deve ser afixado em locais visíveis para conhecimento da comunidade escolar.



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SANTA LUZIA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA/ENSINO FUNDAMENTAL/EJA
04 - 05 ANOS/06 - 15 ANOS/31 - 60 ANOS - PERÍODO PARCIAL

SETEMBRO/2023

Dia	Data	Desjejum	Merenda	Informações Nutricionais		Fruta
Segunda	25/09	Vitamina de abacate + bismaguinha com margarina	Arroz Simples + Pernil com Batata + Feijão Simples	Energia: 489,86 kcal CHO: 41,60g	PTN: 28,46g LIP: 23,61g	
Terça	26/09	Achocolatado + biscoito de polvilho	Arroz Simples + Cubos bovinos à Caçadora + Feijão Preto	Energia: 419,06 kcal CHO: 34,44g	PTN: 27,90g LIP: 18,59g	
Quarta	27/09	Iogurte + bolo	Macarrão Parafuso + Carne Moída ao molho + Feijão Simples + Alface Roxa	Energia: 489,88 kcal CHO: 45,86g	PTN: 30,68g LIP: 19,45g	Banana
Quinta	28/09	Achocolatado + biscoito doce	Arroz Simples + Frango com abobrinha e tomate + Feijão Simples	Energia: 400,36 kcal CHO: 36,40g	PTN: 29,51g LIP: 15,56g	
Sexta	29/09	Suco + biscoito papa ovo	Cachorro quente + Suco de Maracujá	Energia: 409,5 kcal CHO: 17,16g	PTN: 11,21g LIP: 33,25g	

* Cardápio sujeito a alterações.

Elaborado por: *Anna Saito O. Costa*
Nutricionista
Secretaria Municipal de Educação
Matr.: 36805

OBS: o leite puro é uma opção servida todos os dias no desjejum.

O cardápio deve ser afixado em locais visíveis para conhecimento da comunidade escolar.