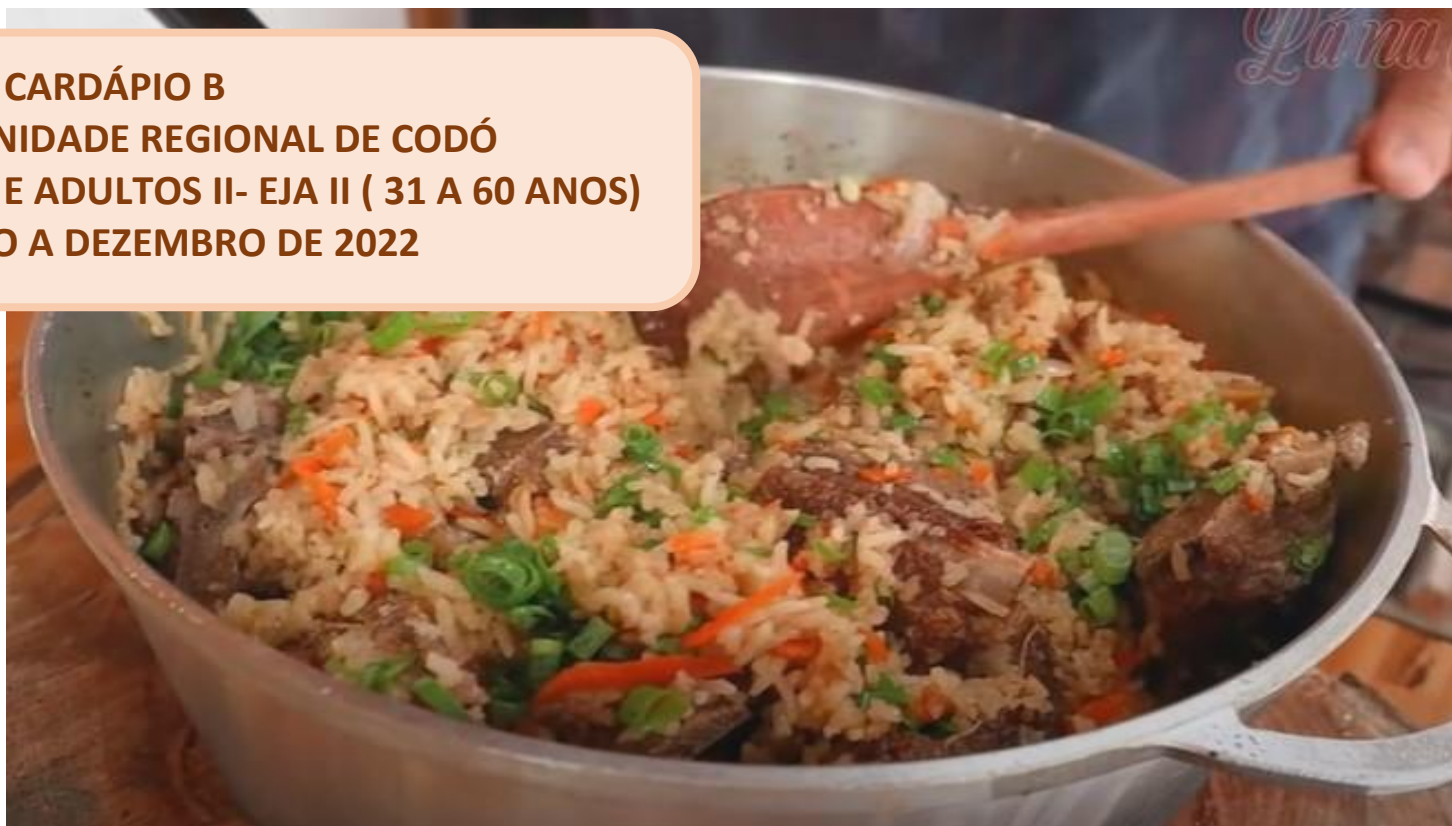


CARDÁPIO B
ESCOLAS DO UNIDADE REGIONAL DE CODÓ
EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS II- EJA II (31 A 60 ANOS)
DE AGOSTO A DEZEMBRO DE 2022



Elaborado pelas Nutricionistas:

Moisane de Jesus Amorim Pinheiro (RT)
CRN11:4557

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)
CRN11:3555

M^ª do Socorro M. Jansen (QT)
CRN11:8034

Suzana Borba F. da Silva (QT)
CRN11:4418

Renata Rodrigues Naslausky Rabin(QT)
CRN11:2164

ATENÇÃO

1. Os **horários de realização das refeições descritos** nos cardápios são apenas uma previsão, a escola escolhe o melhor horário para ofertá-las aos alunos;
2. A **FRUTA** e a **POLPA DE FRUTA** poderão ser escolhidas de acordo com a sazonalidade da região;
3. **Alunos que apresentarem alguma patologia** (Alergia à Proteína do Leite de Vaca, Diabetes, Dislipidemias, Doença Celíaca, Intolerância a Lactose, Hipertensão Arterial e Fenilcetonúria), deverão apresentar laudo médico à gestão da escola, que por sua vez servirá a estes alunos o cardápio específico considerando a patologia;
4. **Toda e qualquer alteração feita nos cardápios é de responsabilidade do Setor de Nutrição.**

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “B” – Escolas da Ure de Codó MODALIDADE DE ENSINO: Educação de Jovens e Adultos II- EJA II ZONA: Urbana, rural FAIXA ETÁRIA: 31 A 60 ANOS PERÍODO: Parcial					
FEVEREIRO A JUNHO DE 2022					
1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h30 LANCHE VESPERTINO: 15h30 LANCHE NOTURNO: 19h	Farofa rápida (farinha, couve, ovo e cenoura) com suco de maracujá	Arroz com feijão verde, iscar de carne acebolada e salada crua (alface, tomate e cebola) + Melancia	Caldo de carne com macaxeira + pão	Vitamina de goiaba com biscoito rosquinha	Risoto nutritivo (arroz, frango, abóbora, chuchu, fava e couve) + Melão
Composição Nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN(g)	LPD(g)
		459,74	20	12	69
		100%	18%	23%	60%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “B” – Escolas da Ure de Codó MODALIDADE DE ENSINO: Educação de Jovens e Adultos II- EJA II ZONA: Urbana, rural FAIXA ETÁRIA: 31 A 60 ANOS PERÍODO: Parcial					
FEVEREIRO A JUNHO DE 2022					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h30 LANCHE VESPERTINO: 15h30 LANCHE NOTURNO: 19h	Galinhada, farofa e Suco de goiaba	Café com leite com pão e ovos mexidos com cebolinha	Macarrão com sardinha com cheiro verde + melancia	Farofa de carne em cubos, repolho e cenoura+ Melão	logurte de fruta com biscoito salgado
Composição Nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN(g)	LPD(g)
		460,0	14	17	67
		101%	12%	34%	58%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “B” – Escolas da Ure de Codó MODALIDADE DE ENSINO: Educação de Jovens e Adultos II- EJA II ZONA: Urbana, rural FAIXA ETÁRIA: 31 A 60 ANOS PERÍODO: Parcial					
FEVEREIRO A JUNHO DE 2022					
3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h30 LANCHE VESPERTINO: 15h30 LANCHE NOTURNO: 19h	Caldo de carne com macaxeira	Farofa de sardinha com cheiro verde e salsa com suco de caju	Salada de fruta (laranja, mamão e banana)	Macarrão diferente (macarrão, carne em tiras, berinjela, ovos cozidos e cenoura)	Arroz cremoso (arroz branco, frango em cubos, abobrinha, beterraba, fava e cenoura) + Laranja
Composição Nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN(g)	LPD(g)
		459,54	20	14	65
		100%	18%	27%	57%

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “B” – Escolas da Ure de Codó MODALIDADE DE ENSINO: Educação de Jovens e Adultos II- EJA II ZONA: Urbana, rural FAIXA ETÁRIA: 31 A 60 ANOS PERÍODO: Parcial					
FEVEREIRO A JUNHO DE 2022					
4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO: 9h30 LANCHE VESPERTINO: 15h30 LANCHE NOTURNO: 19h	Macarronada com carne moída e manjericão	Vitamina de abacate e bolo	Arroz branco, feijoada de carne e couve refogado + Laranja	Galinhada e salada crua (repolho e rúcula) + Maça	Caldo de ovos com cebolinha + pão
Composição Nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN(g)	LPD(g)
		461,61	15	12	79
		105%	13%	23%	69%