

CARDÁPIO EJA – CARDÁPIO MAIO/2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
			1/5/2024	2/5/2024	KCAL 512 Kcal CHO 71 9 PTN 23 9 LIP 11 9
Jantar 20h			FERIADO	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (alpin e cenoura), salada de acelga + banana	
	SEGUNDA 6/5/2024	TERÇA 7/5/2024	QUARTA 8/5/2024	QUINTA 9/5/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE KCAL 516 Kcal CHO 81 9 PTN 20 9 LIP 10 9
Jantar 20h	CONSELHO DE CLASSE	Arroz, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada acelga + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicace	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + caqui	
	SEGUNDA 13/5/2024	TERÇA 14/5/2024	QUARTA 15/5/2024	QUINTA 16/5/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE KCAL 523 Kcal CHO 86 9 PTN 20 9 LIP 9 9
Jantar 20h	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, quiteria, salada de beterraba + maçã	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + melão	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) ao molho, salada de alicace + caqui	
	SEGUNDA 20/5/2024	TERÇA 21/5/2024	QUARTA 22/5/2024	QUINTA 23/5/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE KCAL 605 Kcal CHO 106 9 PTN 23 9 LIP 12 9
Jantar 20h	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado, salada de tomate + maçã	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos, abóbora refogada + ponkan	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (chuchu, cenoura e vagem) + banana	Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado, salada repolho + caqui	
	SEGUNDA 27/5/2024	TERÇA 28/5/2024	QUARTA 29/5/2024	QUINTA 30/5/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE KCAL 556 Kcal CHO 101 9 PTN 20 9 LIP 9 9
Jantar 20h	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pião do molho de peixe, salada de alicace	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	FERIADO	

de

decs.

Patricia dos Santos Alves Garcia
 Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781
 Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
 Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321
 Camille Consentino de Carvalho
 Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Eliane Correa Costa Sáfada
 CRN 8 6103
 Coordenadora Operacional

Amanda Galvão
 CRN 8 11501
 Nutricionista Especialista Operacional