



PREFEITURA MUNICIPAL
NOVA SANTA BÁRBARA

EJA – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS
CARDÁPIO NOVEMBRO 2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA 01/11
JANTAR					Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa assadas Farofa de tomate Salada
Informação nutricional média semanal - Kcal: 483,9; CHO: 75,1g; PTN: 18,2g; LIP: 12,3g;					

REFEIÇÃO	SEGUNDA 04/11	TERÇA 05/11	QUARTA 06/11	QUINTA 07/11	SEXTA 08/11
JANTAR	Arroz Feijão Carne moída ao molho Polenta cremosa Salada	Arroz Feijão Frango ao molho Canjiquinha de milho Salada	Arroz Feijão Carne de porco acebolada Salada	Arroz Feijão Carne em tiras Salada	Arroz Feijão Carne de porco acebolada Salada
Informação nutricional média semanal - Kcal: 483,9; CHO: 75,1g; PTN: 18,2g; LIP: 12,3g;					

REFEIÇÃO	SEGUNDA 11/11	TERÇA 12/11	QUARTA 13/11	QUINTA 14/11	SEXTA 15/11
JANTAR	Arroz Feijão Carne bovina em tiras acebolada Salada	Arroz Feijão Frango com legumes Salada	Arroz Feijão Carne moída ao molho Polenta cremosa Salada	Arroz Feijão Filé de peixe ao molho Salada	FERIADO
Informação nutricional média semanal - Kcal: 467,9; CHO: 74,7g; PTN: 17,3g; LIP: 11,1;					



PREFEITURA MUNICIPAL

NOVA SANTA BÁRBARA

REFEIÇÃO	SEGUNDA 18/11	TERÇA 19/11	QUARTA 20/11	QUINTA 21/11	SEXTA 22/11
JANTAR	Arroz Feijão Carne moída com Macarrão ao sugo Salada	Arroz Feijão Carne de panela com legumes Salada	Arroz Feijão Feijoada completa	Arroz Feijão Carne em tiras Salada	Arroz Feijão Carne de porco acebolada Salada
Informação nutricional média semanal - Kcal: 478,8; CHO: 72,7; PTN: 19,1; LIP: 13,2g;					

REFEIÇÃO	SEGUNDA 25/11	TERÇA 26/11	QUARTA 27/11	QUINTA 28/11	SEXTA 29/11
JANTAR	Arroz Feijão Carne moída ao molho Polenta cremosa Salada	Arroz Feijão Linguiça assada Salada	Arroz Feijão Carne de porco acebolada Salada	Arroz Feijão Filé de peixe ao molho Salada	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa assadas Farofa de tomate Salada
Informação nutricional média semanal - Kcal: 464,5; CHO: 73,1g; PTN: 18,5g; LIP: 10,9g;					

Edina do Carmo G. Silva
Diretora

OBS: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES;

Lais Priscila de S. Prado
Nutricionista CRN 13087