



PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM JARDIM

CNPJ: 06.229.975/0001-72

Secretaria Municipal de Educação.

E-mail: semedbomjardim@hotmail.com

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOM JARDIM – MA**  
**Cardápio Escolar Creche – 01 à 03 anos PNAE 2023**

MODALIDADE  
 PE Nº 004/2023  
 PA Nº 030/2023  
 PLO 13  
 [Assinatura]

| Turno /horário  | Segunda-feira   | Terça-feira  | Quarta-feira   | Quinta-feira  | Sexta-feira  |
|---|---|--|--|---|--|
| Matutino<br>Desjejum 8:30h<br>Lanche 10:00h   | Suco de frutas com Pão massa fina c/ Carne bovina moída.                                    | Salada de frutas   | Suco de caju com biscoito rosquinha  | Vitamina de banana com mamão<br>Biscoito salgado  | Leite com cacau em pó e biscoito doce  |
| Vespertino<br>desjejum13:00h<br>lanche16:00h  | Mingau de aveia<br>Data:  | Suco de frutas com Beiju recheado c/ peito de Frango desfiado ou Manteiga<br>Data:       | Arroz de milho /feijão carioca c/ quiabo e maxixe /frango ao molho/salada de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta .<br>Data:                      | Baião de dois/ Bife de carne bovina ao molho/salada de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta laranja. Data:                                 | Sopa de frango com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, abobora e macaxeira).<br>Data:  |
| Matutino<br>Desjejum 8:30h<br>Lanche 10:00h   | Suco de frutas com Biscoito doce/ porção de frutas.   | Salada de frutas<br>Banana, mamão, laranja, manga  | Suco de acerola com biscoito polvilho  | Mingau de Muclion   | Suco de goiaba com cuscuz de milho e ovos  |
| Vespertino<br>desjejum13:00h<br>lanche16:00h  | Macarronada carne moída e verduras<br>Data:   | Mingal canjica de milho com coco<br>Data:  | Arroz com abobora /feijão com maxixe e quiabo /Carne moída ao molho/ vegetais- folhosos (alface e couve) /fruta banana.                                  | Galinhada/ farofa de soja/ salad de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta banana<br>Data:   | Sopa de carne bovina moída com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, macaxeira, abobora e vinagreira).<br>Data:  |
| Matutino<br>Desjejum 8:30h<br>Lanche 10:00h   | Suco de frutas com cachorro quente, carne moída, ervilha e milho                            | Suco de acerola com biscoito polvilho  | Suco de golaba com cuscuz de milho e ovos  | Suco de caju com biscoito rosquinha   | Mingau de Aveia  |
| Vespertino<br>desjejum13:00h<br>lanche16:00h  | Canjica de milho com coco<br>Data:  | Macarronada com carne moída e picadinho de batata e cenoura<br>Data:                     | Arroz de Cuxá/ feijão verde c/ macaxeira, quiabo, maxixe e abobora/ frango assado/ fruta manga.<br>Data:   | Baião de três de carne bovina moída/ macaxeira gratinada ao forno c/ manteiga/ Salada de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta banana Data: | Sopa de frango com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, abobora e macaxeira).<br>Data:  |
| Matutino<br>Desjejum 8:30h<br>Lanche 10:00h<br>Vespertino<br>desjejum13:00h<br>lanche16:00h | Mingau de Avela<br>Suco de frutas com cuscuz de milho ou de arroz c/ ovos mexidos.<br>Data: | Suco de golaba com cuscuz de milho e ovos<br>Macarronada carne moída e verduras<br>Data: | Mingal canjica de milho com coco<br>Arroz com cenoura/ carne moída bovino/ feijão seco/ creme de cuxá/ salad de pepino e tomate/ fruta melancia<br>Data: | Caldo de macaxeira com carne moída<br>Maria Isabel/ farofa de banana/ Salada de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta mamão.<br>Data:       | Suco de caju com biscoito rosquinha<br>Sopa de carne bovina moída com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, macaxeira, abobora e vinagreira).<br>Data: |

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL 20% DAS NECESSIDADES DIARIAS SEMANAS

|           | KCAL    | CHO    | PTN    | LIP   | FIBRAS | FE     | MG    | NA    |
|-----------|---------|--------|--------|-------|--------|--------|-------|-------|
| 1ª SEMANA | 1000,01 | 173,02 | 49,02  | 44,02 | 19,03  | 108,02 | 23,05 | 35,02 |
| 2ª SEMANA | 4003,1  | 208,03 | 33,652 | 45,02 | 17,002 | 8003,2 | 33,6  | 52,03 |
| 3ª SEMANA | 1555    | 125,02 | 35,00  | 33,02 | 23,023 | 05 33, | 652   | 42,03 |
| 4ª SEMANA | 5233    | 121,05 | 41,002 | 23,02 | 19,66  | 108,02 | 45,02 | 15,02 |

1ª SEMANA 1000,01 173,02 49,02 44,02 19,03 108,02 23,05 35,02  
 2ª SEMANA 4003,1 208,03 33,652 45,02 17,002 8003,2 33,6 52,03

3ª SEMANA 1555 125,02 35,00 33,02 23,023, 05 33, 652 42,03  
 4ª SEMANA 5233 121,05 41,002 23,02 19,66 108,02 45,02 15,02

Obs.: Este cardápio poderá ser alterado conforme necessidade

**PATRICIA FERREIRA SALES**  
**NUTRICIONISTA CRN 6926**

Patricia Ferreira Sales  
 Nutricionista  
 CRN-MA 6926



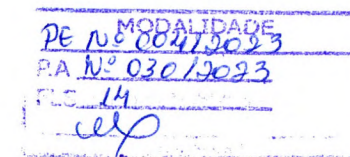
PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM JARDIM

CNPJ: 06.229.975/0001-72

Secretaria Municipal de Educação.

E-mail: semedbomjardim@hotmail.com

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOM JARDIM-MA**  
**Cardápio Escolar Pré-escola – 04ª a 05 anos PNAE 2023**



| Turno /horário                      | Segunda-feira  | Terça-feira   | Quarta-feira   | Quinta-feira   | Sexta-feira   |
|-------------------------------------|--|---|--|--|---|
| Matutino 9:30h<br>Vespertino 15:30h | Suco de frutas com Pão massa fina c/ Carne bovina moída.<br>Data:        | Suco de frutas com Beiju recheado c/ peito de Frango desfiado ou Manteiga.<br>Data: | Arroz de milho /feijão carioca c/ quiabo e maxixe /frango ao molho/salada de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta laranja.<br>Data: | Baião de dois/ carne moída ao molho/salada de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta banana.<br>Data:   | Sopa de frango com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, abobora e macaxeira).<br>Data:                         |
| Matutino 9:30h<br>Vespertino 15:30h | Suco de frutas com Biscoito.<br>Data:                                    | Macarronada Com Carne bovina moída picadinho de batata e cenoura<br>Data:           | Arroz com abobora /feijão com maxixe e quiabo /Carne bovina ao molho/ vegetais- folhosos (alface e couve) /fruta banana.<br>Data:          | Galinhada/ farofa de soja/ saladade de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta laranja.<br>Data:   | Sopa de carne bovina moída com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, macaxeira, abobora e vinagreira).<br>Data: |
| Matutino 9:30h<br>Vespertino 15:30h | Suco de frutas c/ Cuscuz de milho ou de arroz com Ovos mexidos.<br>Data: | Caldo de Macaxeira c/ Carne bovina moída e ovos cozido<br>Data:                     | Arroz de Cuxá/ feijão verde c/ macaxeira, quiabo, maxixe e abobora/ frango assado/ fruta mamão.<br>Data:                                   | Baião de três de carne bovina moída/ macaxeira gratinada ao forno c/ manteiga/ Saladade de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta banana<br>Data: | Sopa de frango com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, abobora e macaxeira).<br>Data:                         |
| Matutino 9:30h<br>Vespertino 15:30h | Mingau de cereal (Milho ou aveia tapioca).<br>Data:                      | Salada de frutas Banana, mamão, laranja, manga . Suco de acerola<br>Data:           | Arroz com cenoura/ carne moída/ feijão seco/ creme de cuxá/ saladade de pepino e tomate/ fruta melancia<br>Data:                           | Maria Isabel/ farofa de banana/ Saladade de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta mamão.<br>Data:  | Sopa de carne bovina moída com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, macaxeira, abobora e vinagreira).<br>Data: |

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL 20% DAS NECESSIDADES DIARIAS SEMANAS KCAL CHO PTN LIP FIBRAS FE MG NA

1ª SEMANA 1000,01 173,02 49,02 44,02 19,03 108,02 23,05 35,02

2ª SEMANA 4003,1 208,03 33,652 45,02 17,002 8003,2 33,6 52,03

3ª SEMANA 1555 125,02 35,00 33,02 23,023, 05 33, 652 42,03

4ª SEMANA 5233 121,05 41,002 23,02 19,66 108,02 45,02 15,02

Obs.: Este cardápio poderá ser alterado conforme necessidade

**PATRICIA FERREIRA SALES**  
**NUTRICIONISTA CRN 6926**



PREFEITURA MUNICIPAL DE  
**BOM JARDIM**  
COMPROMISSO COM A RENOVACÃO.

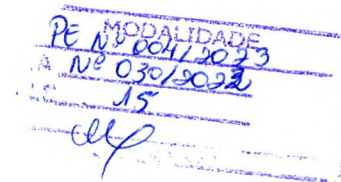
PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM JARDIM

CNPJ: 06.229.975/0001-72

Secretaria Municipal de Educação.

E-mail: semedbomjardim@hotmail.com

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOM JARDIM - MA**  
**Cardápio Escolar Ensino Fundamental – 06 a 15 anos PNAE 2023**



| Turno /horário                            | Segunda-feira   | Terça-feira   | Quarta-feira  | Quinta-feira   | Sexta-feira   |
|---|---|---|---|--|---|
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas com Pão<br>massa fina c/ Carne<br>bovina moída.<br><br>Data:           | Suco de frutas com Beiju<br>recheado c/ peito de Frango<br>desfiado ou Manteiga.<br><br>Data: | Arroz /feijão carioca c/ quiabo e<br>maxixe /frango ao molho/salada de<br>vegetais- folhosos/ (alface, couve) fruta<br>laranja.<br><br>Data:  | Baião de dois/ carne moída<br>bovina ao molho/salada de<br>vegetais- folhosos/ (alface,<br>couve) fruta laranja.<br><br>Data:                                    | Sopa de frango com<br>legumes e verduras<br>(beterraba, cenoura, batata,<br>abobora e macaxeira).<br><br>Data:                            |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas com<br>Biscoito Doce.<br><br>Data:                                     | Macarronada com Carne<br>bovina moída , picadinho<br>de batata e cenoura<br><br>Data:         | Arroz com abobora /feijão com<br>maxixe e quiabo /Carne bovina ao<br>molho/ vegetais- folhosos (alface,<br>couve) /fruta banana.<br><br>Data: | Galinhada/ saladade vegetais-<br>folhosos/ (alface, couve) fruta<br>mamão.<br><br>Data:  | Sopa de carne bovina moída<br>com legumes e verduras<br>(beterraba, cenoura, batata,<br>macaxeira, abobora e<br>vinagreira).<br><br>Data: |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas c/<br>Cuscuz de milho ou de<br>arroz com Ovos<br>mexidos.<br><br>Data: | Caldo de Macaxeira c/<br>Carne bovina moída.<br>picadinho de batata e<br>cenoura<br><br>Data: | Arroz de vinagreira/ feijão verde c/<br>macaxeira, quiabo, maxixe e abobora/<br>frango assado/ fruta<br><br>Data:                             | Baião de três de carne bovina<br>moída/ macaxeira gratinada ao<br>forno c/ manteiga/<br>Salada de vegetais- folhosos<br>(alface e couve) / fruta banana<br>Data: | Sopa de frango com<br>legumes e verduras<br>(beterraba, cenoura, batata,<br>abobora e macaxeira).<br><br>Data:                            |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de acerola<br>Biscoito salgado.<br><br>Data:                                     | Mingau canjica de milho.<br><br>Data:   | Arroz com cenoura/ carne moída<br>bovino/ feijão seco/ creme de cuxá/<br>salada de pepino e tomate/ fruta<br>melancia<br>Data:                | Maria Isabel/ farofa de banana/<br>Salada de vegetais- folhosos<br>(alface e couve) / fruta mamão.<br><br>Data:  | Sopa de carne bovina moída<br>com legumes e verduras<br>(beterraba, cenoura, batata,<br>macaxeira, abobora e<br>vinagreira).<br><br>Data: |

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL 20% DAS NECESSIDADES DIARIAS SEMANAS KCAL CHO PTN LIP FIBRAS FE MG NA

1ª SEMANA 1000,01 173,02 49,02 44,02 19,03 108,02 23,05 35,02

2ª SEMANA 4003,1 208,03 33,652 45,02 17,002 8003,2 33,6 52,03

3ª SEMANA 1555 125,02 35,00 33,02 23,023, 05 33, 652 42,03

4ª SEMANA 5233 121,05 41,002 23,02 19,66 108,02 45,02 15,02

Obs.: Este cardápio poderá ser alterado conforme necessidade

**PATRICIA FERREIRA SALES**  
**NUTRICIONISTA CRN 6926**



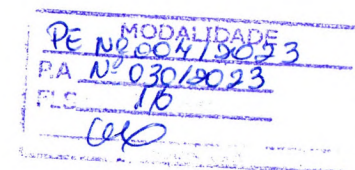
PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM JARDIM

CNPJ: 06.229.975/0001-72

Secretaria Municipal de Educação.

E-mail: [semedbomjardim@hotmail.com](mailto:semedbomjardim@hotmail.com)

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOM JARDIM – MA**  
**Cardápio Escolar EJA I – 16 a 60 anos PNAE 2023**



| Turno /horário                            | Segunda-feira   | Terça-feira  | Quarta-feira   | Quinta-feira   | Sexta-feira   |
|---|---|--|--|--|---|
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas com Pão<br>massa fina c/ Carne bovina<br>moída.<br><br>Data: | Suco de frutas com Beiju<br>recheado c/ peito de<br>Frango desfiado ou<br>Manteiga.<br><br>Data: | Arroz de milho /feijão carioca c/<br>quiabo e maxixe /frango ao<br>molho/salada de vegetais- folhosos<br>(alface e couve) / fruta<br><br>Data:       | Data:  | Sopa de frango com<br>legumes e verduras<br>(beterraba, cenoura, batata,<br>abobora e macaxeira).<br><br>Data:                            |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas com<br>Biscoito.<br><br>Data:                                | Macarronada com Carne<br>bovina moída .<br><br>Data:   | Arroz com abobora /feijão com<br>maxixe e quiabo /Carne moida<br>bovina ao molho/ vegetais- folhosos<br>(alface e couve) /fruta banana.<br><br>Data: | Galinhada/ farofa de soja/ salad<br>de vegetais- folhosos (alface e<br>couve) / fruta mamão.<br><br>Data:        | Sopa de carne bovina moída<br>com legumes e verduras<br>(beterraba, cenoura, batata,<br>macaxeira, abobora e<br>vinagreira).<br><br>Data: |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Café com leite c/ tapioca<br><br>Data:                                      | Caldo de Macaxeira c/<br>Carne bovina moída.<br><br>Data:  | Arroz de Cuxá/ feijão verde c/<br>macaxeira, quiabo, maxixe e<br>abobora/ frango assado/ fruta<br>manga.<br><br>Data:                                | Data:  | Sopa de frango com<br>legumes e verduras<br>(beterraba, cenoura, batata,<br>abobora e macaxeira).<br><br>Data:                            |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Mingau de cereal (Milho<br>ou tapioca ou aveia).<br><br>Data:               | Vitamina de banana c/<br>Batata doce e macaxeira<br>cozida.<br><br>Data:                         | Arroz com cenoura/ carne moida<br>bovino/ feijão seco/ creme de cuxá/<br>salada de pepino e tomate/ fruta<br>melancia<br><br>Data:                   | Maria Isabel/ farofa de banana/<br>Salada de vegetais- folhosos<br>(alface e couve). / fruta mamão.<br><br>Data: | Sopa de carne bovina moída<br>com legumes e verduras<br>(beterraba, cenoura, batata,<br>macaxeira, abobora e<br>vinagreira).<br><br>Data: |

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL 20% DAS NECESSIDADES DIARIAS SEMANAS KCAL CHO PTN LIP FIBRAS FE MG NA

1ª SEMANA 1000,01 173,02 49,02 44,02 19,03 108,02 23,05 35,02

2ª SEMANA 4003,1 208,03 33,652 45,02 17,002 8003,2 33,6 52,03

3ª SEMANA 1555 125,02 35,00 33,02 23,023, 05 33, 652 42,03

4ª SEMANA 5233 121,05 41,002 23,02 19,66 108,02 45,02 15,02

Obs.: Este cardápio poderá ser alterado conforme necessidade  
**PATRICIA FERREIRA SALES**  
**NUTRICIONISTA CRN 6926**

Patricia Ferreira Sales  
 Nutricionista  
 CRN-MA 6926



PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM JARDIM  
 CNPJ: 06.229.975/0001-72  
 Secretaria Municipal de Educação.  
 E-mail: semedbomjardim@hotmail.com

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOM JARDIM – MA**  
**Cardápio Escolar AEE – PNAE 2023**

MODALIDADE  
 PENº 004/2023  
 PA Nº 030/2023  
 PLS 17  
 Ulp

| Turno /horário                            | Segunda-feira  | Terça-feira  | Quarta-feira  | Quinta-feira   | Sexta-feira   |
|---|--|--|---|--|---|
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas com Pão<br>massa fina c/ Carne bovina<br>moída.<br><br>Data:        | Suco de frutas com<br>Beiju recheado c/ pecto<br>de Frango desfiado ou<br>Manteiga.<br><br>Data: | Arroz de milho /feijão carioca c/<br>quiabo e maxixe /frango ao<br>molho/salada de vegetais-<br>folhosos (alface e couve) / fruta .<br><br>Data:      | Baião de dois/ carne moída bovina<br>ao molho/salada de vegetais-<br>folhosos (alface e couve) / fruta<br>laranja.<br><br>Data:                                      | Sopa de frango com<br>legumes e verduras<br>(beterraba, cenoura, batata,<br>abobora e macaxeira).<br><br>Data:                            |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas com Biscoito.<br><br>Data:  | Macarronada de Carne<br>bovina moída<br><br>Data:  | Arroz com abobora /feijão com<br>maxixe e quiabo /Carne moida<br>bovina ao molho/ vegetais- folhosos<br>(alface e couve) / fruta banana.<br><br>Data: | Galinhada/ farofa de soja/ salad<br>de vegetais- folhosos (alface e<br>couve) / fruta<br><br>Data:   | Sopa de carne bovina moída<br>com legumes e verduras<br>(beterraba, cenoura, batata,<br>macaxeira, abobora e<br>vinagreira).<br><br>Data: |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas c/ Cuscuz de<br>milho ou de arroz com Ovos<br>mexidos.<br><br>Data: | Caldo de Macaxeira c/<br>Carne bovina moída.<br><br>Data:  | Arroz de Cuxá/ feijão verde c/<br>macaxeira, quiabo, maxixe e<br>abobora/ frango assado/ fruta<br>laranja.<br><br>Data:                               | Baião de três de carne bovina<br>moída/ macaxeira gratinada ao<br>forno c/ manteiga/<br>Salada de vegetais- folhosos (alface<br>e couve) / fruta banana<br><br>Data: | Sopa de frango com<br>legumes e verduras<br>(beterraba, cenoura, batata,<br>abobora e macaxeira).<br><br>Data:                            |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Mingau de cereal (milho ou<br>tapioca ou aveia).<br><br>Data:                      | Salada de frutas c/<br>Aveia em Flocos.<br><br>Data:   | Arroz com cenoura/ carne moida/<br>feijão seco/ creme de cuxá/ salad<br>de pepino e tomate/ fruta melancia<br><br>Data:                               | Maria Isabel/ farofa de banana/<br>Salada de vegetais- folhosos (alface<br>e couve) / fruta mamão.<br><br>Data:  | Sopa de carne bovina moída<br>com legumes e verduras<br>(beterraba, cenoura, batata,<br>macaxeira, abobora e<br>vinagreira).<br><br>Data: |

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL 20% DAS NECESSIDADES DIARIAS SEMANAS

1ª SEMANA 1000,01 173,02 49,02 44,02 19,03 108,02 23,05 35,02  
 2ª SEMANA 4003,1 208,03 33,652 45,02 17,002 8003,2 33,6 52,03

3ª SEMANA 1555 125,02 35,00 33,02 23,023, 05 33, 652 42,03  
 4ª SEMANA 5233 121,05 41,002 23,02 19,66 108,02 45,02 15,02

Obs.: Este cardápio poderá ser alterado conforme necessidade  
**PATRICIA FERREIRA SALES**  
**NUTRICIONISTA CRN 6926**

Patricia Ferreira Sales  
 Nutricionista  
 CRN-MA 6926



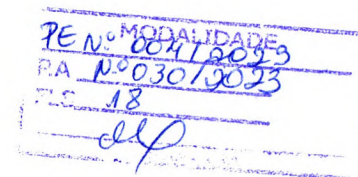
PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM JARDIM

CNPJ: 06.229.975/0001-72

Secretaria Municipal de Educação.

E-mail: semedbomjardim@hotmail.com

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOM JARDIM – MA**  
**Cardápio Escolar INDIGENA – PNAE 2023**



| Turno /horário                            | Segunda-feira   | Terça-feira   | Quarta-feira   | Quinta-feira  | Sexta-feira   |
|---|---|---|--|---|---|
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas com Pão massa fina c/ Carne bovina moída.<br><br>Data: | Suco de frutas com Beiju recheado c/ peito de Frango desfiado ou Manteiga.<br><br>Data: | Arroz de milho /feijão carioca c/ quiabo e maxixe /frango ao molho/salada de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta laranja.<br>Data: | Baião de dois/ carne moída bovina ao molho/salada de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta manga.<br><br>Data:                                | Sopa de frango com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, abobora e macaxeira).<br><br>Data:                     |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas com Biscoito.<br><br>Data:                             | Macarronada de Carne bovina moída .<br><br>Data:  | Arroz com abobora /feijão com maxixe e quiabo /Carne moída bovina ao molho/ vegetais- folhosos (alface e couve) /fruta banana.<br>Data:    | Galinhada/ farofa de soja/ saladade vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta laranja.<br>Data:   | Sopa de carne bovina moída com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, macaxeira, abobora e vinagreira).<br>Data: |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas com tapioca<br><br>Data:                               | Caldo de Macaxeira c/ Carne bovina moída.<br><br>Data:                                  | Arroz de Cuxá/ feijão verde c/ macaxeira, quiabo, maxixe e abobora/ frango assado/ fruta mamão.<br>Data:                                   | Baião de três de carne bovina moída/ macaxeira gratinada ao forno c/ manteiga/ Saladade vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta banana<br>Data: | Sopa de frango com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, abobora e macaxeira).<br>Data:                         |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Mingau de cereal (milho ou tapioca ou aveia).<br><br>Data:            | Suco de frutas c/ Cuscuz de milho ou de arroz com Ovos mexidos.<br><br>Data:            | Arroz com cenoura/ carne moída bovino/ feijão seco/ creme de cuxá/ saladade pepino e tomate/ fruta melancia<br>Data:                       | Maria Isabel/ farofa de banana/ Saladade vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta mamão.<br>Data:  | Sopa de carne bovina moída com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, macaxeira, abobora e vinagreira).<br>Data: |

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL 20% DAS NECESSIDADES DIARIAS SEMANAS KCAL CHO PTN LIP FIBRAS FE MG NA


1ª SEMANA 1000,01 173,02 49,02 44,02 19,03 108,02 23,05 35,02

2ª SEMANA 4003,1 208,03 33,652 45,02 17,002 8003,2 33,6 52,03

3ª SEMANA 1555 125,02 35,00 33,02 23,023, 05 33, 652 42,03

4ª SEMANA 5233 121,05 41,002 23,02 19,66 108,02 45,02 15,02

Obs.: Este cardápio poderá ser alterado conforme necessidade  
**PATRICIA FERREIRA SALES**  
**NUTRICIONISTA CRN 6926**

  
Patricia Ferreira Sales  
Nutricionista  
CRN-MA 6926



PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM JARDIM  
 CNPJ: 06.229.975/0001-72  
 Secretaria Municipal de Educação.  
 E-mail: semedbomjardim@hotmail.com

PE N.º MODALIDADE  
 PA N.º 030/2023  
 19  
 alp

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOM JARDIM – MA**  
**Cardápio Escolar NAE (Diabetes)– PNAE 2023**

| Turno /horário                            | Segunda-feira   | Terça-feira   | Quarta-feira   | Quinta-feira   | Sexta-feira  |
|---|---|---|--|--|--|
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas c/<br>adoçante dietético e<br>Biscoito diet.<br><br>Data:                                  | Suco de frutas c/<br>adoçante dietético/<br>Beiju recheado c/<br>frango desfiado ou<br>manteiga.<br><br>Data: | Arroz de milho /feijão carioca<br>c/ quiabo e maxixe /frango ao<br>molho/salada de vegetais-<br>folhosos (alface e couve) / fruta<br>laranja.<br><br>Data: | Balão de dois/ carne moída bovina<br>ao molho/salada de vegetais-<br>folhosos (alface e couve) / fruta<br>manga.<br><br>Data:                                    | Sopa de frango com legumes e<br>verduras (beterraba, cenoura, batata,<br>abobora e macaxeira).<br><br>Data:                        |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas c/<br>adoçante dietético/<br>Beiju recheado c/<br>frango desfiado ou<br>manteiga.<br>Data: | Porção de frutas<br>fatiadas c/ avela em<br>flocos.<br>Data:  | Arroz com abobora /feijão<br>com maxixe e quiabo /Carne<br>bovina ao molho/ vegetais-<br>folhosos (alface e couve) /fruta<br>banana.<br>Data:              | Galinhada/ farofa / saladinha de<br>vegetais- folhosos (alface e couve)<br>/ fruta laranja.<br>Data:   | Sopa de carne bovina moída com<br>legumes e verduras (beterraba,<br>cenoura, batata, macaxeira, abobora e<br>vinagreira).<br>Data: |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas c/<br>adoçante dietético e<br>Biscoito salgado.<br>Data:                                   | Caldo de Macaxeira c/<br>Carne bovina moída .<br>Data:  | Arroz de Cuxá/ feijão verde c/<br>macaxeira, quiabo, maxixe e<br>abobora/ frango assado/ fruta<br>laranja.<br>Data:  | Balão de três de carne bovina<br>moída/ macaxeira gratinada ao<br>forno c/ manteiga/<br>Salada de vegetais- folhosos (alface<br>e couve) / fruta banana<br>Data: | Sopa de frango com legumes e<br>verduras (beterraba, cenoura, batata,<br>abobora e macaxeira).<br>Data:                            |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Mingau de Avela em<br>flocos c/ leite<br>desnatado.<br>Data:  | Salada de frutas c/<br>Aveia em flocos.<br>Data:  | Arroz com cenoura/ carne<br>moída bovino/ feijão seco/<br>creme de cuxá/ saladinha de<br>pepino e tomate/ fruta<br>melancia<br>Data:                       | Maria Isabel/ farofa de banana/<br>Salada de vegetais- folhosos (alface<br>e couve) /fruta mamão.<br>Data:   | Sopa de carne bovina moída com<br>legumes e verduras (beterraba,<br>cenoura, batata, macaxeira, abobora e<br>vinagreira).<br>Data: |

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL 20% DAS NECESSIDADES DIARIAS SEMANAS

1ª SEMANA 1000,01 173,02 49,02 44,02 19,03 108,02 23,05 35,02  
 2ª SEMANA 4003,1 208,03 33,652 45,02 17,002 8003,2 33,6 52,03

3ª SEMANA 1555 125,02 35,00 33,02 23,023, 05 33, 652 42,03  
 4ª SEMANA 5233 121,05 41,002 23,02 19,66 108,02 45,02 15,02

Obs.: Este cardápio poderá ser alterado conforme necessidade  
**PATRICIA FERREIRA SALES**  
**NUTRICIONISTA CRN 6926**

*Patricia Ferreira Sales*  
 Nutricionista  
 CRN-MA 6926



PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM JARDIM  
 CNPJ: 06.229.975/0001-72  
 Secretaria Municipal de Educação.  
 E-mail: semedbomjardim@hotmail.com

MODALIDADE  
 PE N.º 004/2023  
 PA Nº 030/2023  
 20  
*[Handwritten signature]*

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOM JARDIM – MA**  
**Cardápio Escolar PNAE (Intolerância a Lactose) – PNAE 2023**

| Turno /horário                            | Segunda-feira   | Terça-feira  | Quarta-feira   | Quinta-feira   | Sexta-feira   |
|---|---|--|--|--|---|
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas c/<br>Biscoito sem lactose.<br><br>Data:                               | Suco de frutas com<br>Beiju recheado c/<br>peito de Frango<br>desfiado.<br><br>Data: | Arroz de milho /feijão carioca c/<br>quiabo e maxixe /frango ao<br>molho/salada de vegetais-<br>folhosos (alface e couve) / fruta<br>laranja.<br><br>Data: | Baião de dois/ carne moída bovina ao<br>molho/salada de vegetais- folhosos<br>(alface e couve) / fruta mamão.<br><br>Data:   | Sopa de frango com legumes e<br>verduras (beterraba, cenoura,<br>batata, abobora e macaxeira).<br><br>Data:                               |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas com<br>Beiju recheado c/ peito<br>de Frango desfiado.<br><br>Data:     | Macarronada de<br>Carne bovina moída e<br>proteína de Soja.<br><br>Data:             | Arroz com abobora /feijão com<br>maxixe e quiabo /Carne bovina<br>ao molho/ vegetais- folhosos<br>(alface e couve) /fruta banana.                          | Galinhada/ farofa de soja/ saladade<br>vegetais- folhosos (alface e couve) /<br>fruta laranja.<br><br>Data:  | Sopa de carne bovina moída<br>com legumes e verduras<br>(beterraba, cenoura, batata,<br>macaxeira, abobora e<br>vinagreira).<br><br>Data: |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Suco de frutas c/<br>Cuscuz de milho ou de<br>arroz com Ovos<br>mexidos.<br><br>Data: | Caldo de Macaxeira c/<br>Carne bovina moída .<br><br>Data:                           | Arroz de Cuxá/ feijão verde c/<br>macaxeira, quiabo, maxixe e<br>abobora/ frango assado/ fruta<br>manga.<br><br>Data:                                      | Baião de três de carne bovina moída/<br>macaxeira gratinada ao forno c/<br>manteiga/<br>Salada de vegetais- folhosos (alface e<br>couve) / fruta banana<br><br>Data: | Sopa de frango com legumes e<br>verduras (beterraba, cenoura,<br>batata, abobora e macaxeira).<br><br>Data:                               |
| Matutino<br>9:30h<br>Vespertino<br>15:30h | Mingau de Aveia c/<br>leite sem lactose.<br><br>Data:                                 | Salada de frutas c/<br>Aveia em Flocos.<br><br>Data:                                 | Arroz com cenoura/ carne<br>moída bovino/ feijão seco/ creme<br>de cuxá/ saladade pepino e<br>tomate/ fruta melancia<br><br>Data:                          | Maria Isabel/ farofa de banana/ Saladade<br>vegetais- folhosos (alface e couve) /<br>fruta mamão.<br><br>Data:   | Sopa de carne bovina moída<br>com legumes e verduras<br>(beterraba, cenoura, batata,<br>macaxeira, abobora e<br>vinagreira).<br><br>Data: |

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL 20% DAS NECESSIDADES DIARIAS SEMANAS

1ª SEMANA 1000,01 173,02 49,02 44,02 19,03 108,02 23,05 35,02

2ª SEMANA 4003,1 208,03 33,652 45,02 17,002 8003,2 33,6 52,03

3ª SEMANA 1555 125,02 35,00 33,02 23,023, 05 33, 652 42,03

4ª SEMANA 5233 121,05 41,002 23,02 19,66 108,02 45,02 15,02

Obs.: Este cardápio poderá ser alterado conforme necessidade  
**PATRICIA FERREIRA SALES**  
**NUTRICIONISTA CRN 6926**

*[Handwritten signature]*  
 Patricia Ferreira Sales  
 Nutricionista  
 CRN-MA 6926