



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

MODALIDADE 2023
 P.A. 027-2023
 FLS 08
 ASSINATURA

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

Turno /horário	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Matutino Desjejum 8:30h 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 Biscoito salgado	Leite com cacau em pó e biscoito doce
Vespertino desjejum 13:00h lanche 16:00h	Mingau de aveia Data:	Suco de frutas com Beiju recheado c/ peito de Frango desfiado ou Mantelga Data:	Arroz de milho /feijão carioca c/ quiabo e maxixe /frango ao molho/salada de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta . Data:	Balão 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). Data:
Matutino Desjejum 8:30h Lanche 10:00h	Suco de frutas com Biscoito doce/ porção de frutas. Macarronada carne moída e verduras Data:	Salada de frutas Banana, mamão, laranja, manga Mingal canjica de milho com coco Data:	Suco de acerola com biscoito polvilho Arroz com abobora /feijão com maxixe e quiabo /Carne moída ao molho/ vegetais- folhosos (alface e couve) /fruta banana.	Mingau de Mucilon Galinhada/ farofa de soja/ salada de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta banana Data:	Suco de goiaba com cuscuz de milho e ovos Sopa de carne bovina moída com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, macaxeira, abobora e vinagreira). Data:
Matutino Desjejum 8:30h Lanche 10:00h	Suco de frutas com cachorro quente, carne moída, ervilha e milho	Suco de acerola com biscoito polvilho Macarronada com carne moída e picadinho de batata e cenoura Data:	Suco de goiaba com cuscuz de milho e ovos Arroz de Cuxá/ feijão verde c/ macaxeira, quiabo, maxixe e abobora/ frango assado/ fruta manga. Data:	Suco de caju com biscoito rosquinha Balão de três de carne bovina moída/ macaxeira gratinada ao forno c/ mantelga/ Salada de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta banana Data:	Mingau de Aveia Sopa de frango com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, abobora e macaxeira). Data:
Vespertino desjejum 13:00h lanche 16:00h	Canjica de milho com coco Data:	Suco de goiaba com cuscuz de milho e ovos Macarronada carne moída e verduras Data:	Mingal canjica de milho com coco Arroz com cenoura/ carne moída bovino/ feijão seco/ creme de cuxá/ salada de pepino e tomate/ fruta melancia Data:	Caldo de macaxeira com carne moída Maria Isabel/ farofa de banana/ Salada de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta mamão. Data:	Suco de caju com biscoito rosquinha Sopa de carne bovina moída com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, macaxeira, abobora e vinagreira). 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

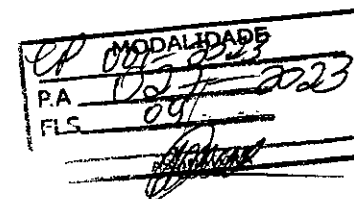
3ª SEMANA 1555 125,02 35,00 33,02 23,023, 05 33, 652 42,03
 4ª SEMANA 5233 121,05 41,002 23,02 19,66 108,02 45,02 15,02

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: samedbomjardim@hotmail.com



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

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

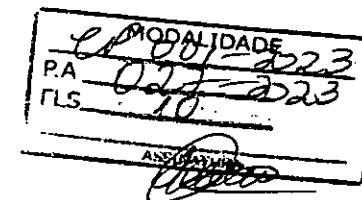
Patricia Ferreira Sales
 Nutricionista
 CRN-MA 6926

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

(Handwritten signature)
 Patricia Ferreira Sales
 Nutricionista
 CRN-MA 6926



PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM JARDIM
 CNPJ: 06.229.875/0001-72
 Secretaria Municipal de Educação.
 E-mail: semedbomjardim@hotmail.com

MODALIDADE
 P.A. 027-2023
 FLS. 11
 ASSINATURA

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

KCAL CHO PTN LIP FIBRAS FE MG NA

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: samedbomjardim@hotmail.com

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

MODALIDADE 001-2023
 P.A. 027-2023
 FLS. 12
 Assinatura:

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

KCAL CHO PTN LIP FIBRAS FE MG NA

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 INDÍGENA – PNAE 2023

MOBILIDADE
 P.A. 027-2023
 FLS. 13
 ASSINATURA

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

KCAL CHO PTN LIP FIBRAS FE MG NA

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

Patricia Ferreira Sales
 Nutricionista
 CRN-MA 6926

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: samedbomjardim@hotmail.com

MODALIDADE PA 027-2023
P.A. 14
FLS. 14
ASSINATURA [assinatura]

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 9:30h Vespertino 15:30h	Suco de frutas c/ adoçante dietético e Biscoito diet. Data:	Suco de frutas c/ adoçante dietético/ Beiju recheado c/ frango desfiado ou manteiga. Data:	Arroz de milho /feijão carioca c/ quiabo e maxixe /frango ao molho/salada de vegetais-folhosos (alface e couve) / fruta laranja. Data:	Balão de dois/ carne moída bovina ao molho/salada de vegetais-folhosos (alface e couve) / fruta manga. Data:	Sopa de frango com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, abobora e macaxeira). Data:
Matutino 9:30h Vespertino 15:30h	Suco de frutas c/ adoçante dietético/ Beiju recheado c/ frango desfiado ou manteiga. Data:	Porção de frutas fatiadas c/ avela em flocos. Data:	Arroz com abobora /feijão com maxixe e quiabo /Carne bovina ao molho/ vegetais-folhosos (alface e couve) /fruta banana. Data:	Galinhada/ farofa / salada de vegetais- folhosos (alface e couve) / fruta laranja. Data:	Sopa de carne bovina moída com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, macaxeira, abobora e vinagreira). Data:
Matutino 9:30h Vespertino 15:30h	Suco de frutas c/ adoçante dietético e Biscoito saigado. Data:	Caldo de Macaxeira c/ Carne bovina moída . Data:	Arroz de Cuxá/ feijão verde c/ macaxeira, quiabo, maxixe e abobora/ frango assado/ fruta laranja. Data:	Balão 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). Data:
Matutino 9:30h Vespertino 15:30h	Mingau de Avela em flocos c/ leite desnatado. Data:	Salada de frutas c/ Avela em flocos. Data:	Arroz com cenoura/ carne moída bovino/ feijão seco/ creme de cuxá/ salada de pepino e tomate/ fruta melancia Data:	Maria Isabel/ farofa de banana/ Salada de vegetais- folhosos (alface e couve) /fruta mamão. Data:	Sopa de carne bovina moída com legumes e verduras (beterraba, cenoura, batata, macaxeira, abobora e vinagreira). 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-MA 6926



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

MODALIDADE
 P.A. 027-2023
 FLS. 15

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

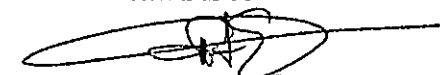
2ª SEMANA 4003,1 208,03 33,652 45,02 17,002 8003,2 33,6 52,03

KCAL CHO PTN LIP FIBRAS FE MG NA

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