



PREFEITURA MUNICIPAL
NOVA SANTA BÁRBARA

EJA – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS
CARDÁPIO JULHO 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 03/07	TERÇA 04/07	QUARTA 05/07	QUINTA 06/07	SEXTA 07/07
JANTAR	Arroz Feijão Carne bovina em tiras acebolada Salada	Arroz Feijão Frango com legumes Salada	Arroz Feijão Filé de peixe Salada	Arroz Feijão Carne moída ao molho Macarrão ao sugo Salada	Arroz Feijão Carne de porco acebolada Salada
Informação nutricional média semanal - Kcal: 472,3; CHO: 71,4g; PTN: 19,9g; LIP: 11,9g;					

REFEIÇÃO	SEGUNDA 24/07	TERÇA 25/07	QUARTA 26/07	QUINTA 27/07	SEXTA 28/07
JANTAR	Arroz Feijão Carne de panela com legumes Salada	Arroz Feijão Frango com legumes Salada	Arroz Feijão Bife acebolado Salada	Arroz Feijão Carne de porco acebolada Salada	Arroz Feijão Coxinha assada Farofa de tomate Salada
Informação nutricional média semanal - Kcal: 498,2; CHO: 76,5g; PTN: 19,7g; LIP: 12,6g;					

REFEIÇÃO	SEGUNDA 31/07	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
JANTAR	Arroz Feijão Carne moída ao molho Polenta cremosa Salada				
Informação nutricional média semanal - Kcal: 470,1; CHO: 74,1g; PTN: 18,9g; LIP: 10,9g;					

Edina do Carmo G. Silva
Diretora

OBS: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES;

Lais Priscila de S. Prado
Nutricionista CRN 13087