



Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL EJA (31-60 anos)



**Secretaria Municipal
de EDUCAÇÃO**

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 30/08/21	TERÇA-FEIRA 31/08/21	QUARTA-FEIRA 01/09/21	QUINTA-FEIRA 02/09/21	SEXTA-FEIRA 03/09/21
Lanche	-----	-----	-----	Leite com chocolate em pó 50% cacau Biscoito Rosquinha	iogurte Biscoito Rosquinha Maçã

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
	898	134	31	23	9	257	139	295	5	116	5	1153

Cibele Recco Vendrametto de Araújo CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata CRN-1062



Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL EJA (31-60 anos)



**Secretaria Municipal
de EDUCAÇÃO**

	SEGUNDA-FEIRA 06/09/21	TERÇA-FEIRA 07/09/21	QUARTA-FEIRA 08/09/21	QUINTA-FEIRA 09/09/21	SEXTA-FEIRA 10/09/21
2ª SEMANA					
Almoço	Recesso		Chá mate Pão de leite com margarina	Macarrão ao molho de carne Moída Banana	Arroz temperado com Sassami, milho, cenoura ralada e cheiro verde

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
	1015	141	36	24	8	212	136	308	5	165	6	1110

Cibele Recco Vendrametto de Araújo CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata CRN-1062