



**PREFEITURA MUNICIPAL DE AMÉRICO BRASILIENSE**  
Avenida Eugênio Voltarel, nº 25 - Centro - Américo Brasiliense - SP  
**CARDÁPIOS - MUNICIPAL - MAIO 2023 - PERÍODO NOITE**  
Alunos do EJA



**RTs: Leidiane Andressa Galvão Moreira/ Ana Carolina Dal Bianco Garcia**

EMEF JOÃO BAPTISTA PEREIRA DE ALMEIDA

DATA	1-mai	2-mai	3-mai	4-mai	5-mai
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio Merenda Noite 20:30h	FERIADO	Arroz, Feijão, Sobrecoxa com Milho, Salada de Beterraba	Arroz, PERNIL com Abobóra, Maçã	Arroz, Estrogonoffe de Frango com Batata Palha, Salada de Alface	Arroz, Feijão, Carne Moída Refogada, Banana Nanica

**Informação Nutricional (média semanal) - 20% das necessidades diárias**

	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)
	380,49	56,76	16,84	9,01

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011



**PREFEITURA MUNICIPAL DE AMÉRICO BRASILIENSE**  
Avenida Eugênio Voltarel, nº 25 - Centro - Américo Brasiliense - SP  
**CARDÁPIOS - MUNICIPAL - MAIO 2023 - PERÍODO NOITE**  
Alunos do EJA



**RTs: Leidiane Andressa Galvão Moreira/ Ana Carolina Dal Bianco Garcia**

EMEF JOÃO BAPTISTA PEREIRA DE ALMEIDA

DATA	8-mai	9-mai	10-mai	11-mai	12-mai
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio Merenda Noite 20:30h	Arroz, Feijão, Carne em Cubos com Abóbora Moranga, Salada de Repolho	Macarrão com Salsicha, Maçã	Arroz, Feijão, Pernil com Mandioca, Salada de Pepino com Tomate	Arroz, Escondidinho de Carne Moída, Salada de Alface	Arroz, Frango ao Molho com Batata e Cenoura, Melancia

**Informação Nutricional (média semanal) - 20% das necessidades diárias**

	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
	369,21	60,00	14,73	7,41

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011



**PREFEITURA MUNICIPAL DE AMÉRICO BRASILIENSE**  
Avenida Eugênio Voltarel, nº 25 - Centro - Américo Brasiliense - SP  
**CARDÁPIOS - MUNICIPAL - MAIO 2023 - PERÍODO NOITE**  
Alunos do EJA



**RTs: Leidiane Andressa Galvão Moreira/ Ana Carolina Dal Bianco Garcia**

EMEF JOÃO BAPTISTA PEREIRA DE ALMEIDA

DATA	15-mai	16-mai	17-mai	18-mai	19-mai
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio Merenda Noite 20:30h	Arroz, Carne Moída com Batata, Salada Repolho	Galinhada, (arroz, sobrecoxa, milho, tomate, extrato de tomate, azeitonas e cheiro verde) Feijão, Maçã	Arroz com Cenoura, Almôndegas ao Sugo, Salada de Acelga	Arroz, Estrogonoffe de Carne com Batata Palha, Salada de Alface	Arroz, Feijão, Pernil com Batata Doce, Abacaxi

Informação Nutricional (média semanal) - 20% das necessidades diárias				
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)
	306,09	44,82	12,83	8,20

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011



**PREFEITURA MUNICIPAL DE AMÉRICO BRASILIENSE**  
Avenida Eugênio Voltarel, nº 25 - Centro - Américo Brasiliense - SP  
**CARDÁPIOS - MUNICIPAL - MAIO 2023 - PERÍODO NOITE**  
Alunos do EJA



**RTs: Leidiane Andressa Galvão Moreira/ Ana Carolina Dal Bianco Garcia**

EMEF JOÃO BAPTISTA PEREIRA DE ALMEIDA

DATA	22-mai	23-mai	24-mai	25-mai	26-mai
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio Merenda Noite 20:30h	Macarrão Primavera (patinho moído, mussarela, extrato de tomate e orégano) Salada de Repolho	Arroz, Feijão, Frango em Cubos Acebolado, Salada de Couve	Arroz com Cenoura, Sobrecoxa com Batata e Cenoura, Melancia	Arroz, Feijão, Pênil Acebolado, Salada de Acelga com Tomate	Arroz, Carne em Cubos com Abobrinha Refogada, Banana

Informação Nutricional (média semanal) - 20% das necessidades diárias				
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
	339,6	50,36	17,29	6,93

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011



**PREFEITURA MUNICIPAL DE AMÉRICO BRASILIENSE**  
Avenida Eugênio Voltarel, nº 25 - Centro - Américo Brasiliense - SP  
**CARDÁPIOS - MUNICIPAL - MAIO 2023 - PERÍODO NOITE**



Alunos do EJA

**RTs: Leidiane Andressa Galvão Moreira/ Ana Carolina Dal Bianco Garcia**

EMEF JOÃO BAPTISTA PEREIRA DE ALMEIDA

DATA	29/05/2023	30/05/2023	31/05/2023	01/06/2023	02/06/2023
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio Merenda Noite 20:30h	Arroz, Pernil Refogado, Mandioca ao Vinagrete	Arroz, Feijão, Sobrecoxa com Cenoura e Milho, Maça	Polenta Cremosa ao Molho com Carne Moída, Salada de Almeirão	Arroz, Feijão, Carne Moída com Abobrinha, Banana Nanica	Arroz, Frango Refogado com Cenoura, Salada de Beterraba
<b>Informação Nutricional (média semanal) - 20% das necessidades diárias</b>					
	<b>Energia (kcal)</b>	<b>Carboidrato (g)</b>	<b>Proteína (g)</b>	<b>Lipídeo (g)</b>	
	348,38	52,63	15,18	8,11	

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011