

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA
CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS
EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) - MARÇO - ABRIL/2024
19 a 60 anos - PARCIAL

EJA: Entrada (18:00) + Jantar (20:30)

DIA	DATA	ENTRADA	JANTAR	
QUA	20/3	SUCO DE GOIABA MILHO COZIDO BANANA	ARROZ + FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BAROA MOSTARDA REFOGADA	ABACAXI
QUI	21/3	VITAMINA DE BANANA COM CACAU PÃO COM MANTEIGA MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO TROPEIRO (feijão, isca de boi, pernil, ovos, farinha) COUVE REFOGADA VINAGRETE (Tomate, cebola, cenoura, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde)	LARANJA
SEX	22/3	SUCO DE GOIABA BOLINHO DE MANDIOCA COM FRANGO LARANJA	ARROZ + FEIJÃO MOQUECA DE PEIXE COM BATATA (Tilápia, batata, cebola, pimentão, tomate, leite de coco) ALFACE COM AZEDINHA + TOMATE	CAQUI
SÁB	23/3	SÁBADO		
DOM	24/3	DOMINGO		
SEG	25/3	SUCO DE GOIABA PIPOCA SALADA DE FRUTAS COM CASTANHA PICADA (Banana, maçã, mamão, laranja)	ARROZ + FEIJÃO COXA DE FRANGO ASSADA ANGU QUIABO REFOGADO	UVA
TER	26/3	VITAMINA DE FRUTAS (Leite, mamão, maçã e banana) PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, limão, manteiga e sal) MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO ISCA DE PEIXE CROCANTE MACARRÃO AO SUGO (Parafuso integral, polpa de tomate, cheiro verde) CENOURA EM CUBOS	Docinho de leite ninho com banana (Banana, leite em pó, manteiga)
QUA	27/3	LEITE PURO BOLO DE CENOURA (Ovo, cenoura, óleo, farinha, açúcar) COM BRIGADEIRO NUTRITIVO (Chuchu, leite em pó, chocolate em pó) MELANCIA	ARROZ + FEIJÃO ESTROGONOFE DE CARNE A VÍDIGAL (Isca de boi, cebola, cenoura, polpa de tomate, aveia e leite) BATATA CORADA ALFACE COM TOMATE	GOIABA
QUI	28/3	RECESSO		
SEX	29/3	RECESSO		
SÁB	30/3	SÁBADO		
DOM	31/3	DOMINGO		
SEG	1/4	LEITE SABORIZADO COM CANELA COOKIE DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR (banana, aveia, ovo, uva passas, fermento) MELANCIA	ARROZ + FEIJÃO MACARRÃO ESPAGUETE AO SUGO COM ESPINAFRE OVO COZIDO BETERRABA RALADA	PERA
TER	2/4	VITAMINA DE BANANA COM CACAU PÃO C/ REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, limão, manteiga e sal) MANGA	ARROZ + FEIJÃO COXA DE FRANGO ASSADA ANGU REPOLHO REFOGADO COM CENOURA	LARANJA

*Cardápio sujeito a alterações

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR










SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA
CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS
EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) - MARÇO - ABRIL/2024
19 a 60 anos - PARCIAL

EJA: Entrada (18:00) + Jantar (20:30)

DIA	DATA	ENTRADA	JANTAR	
QUA	3/4	SUCO DE LARANJA C/ MELANCIA BOLINHA DE CARNE NUTRITIVA (Moída, Cenoura, Ovo, Linhaça, Chia, Aveia, hortelã) MELÃO	ARROZ COM ESPINAFRE + FEIJÃO PRETO PERNIL AO MOLHO DE TOMATE MANDIOCA ENSOPADA ORA-PRO-NÓBIS REFOGADA	MAMÃO
QUI	4/4	SUCO DO HULK (Laranja com couve) PÃO COM OVOS MEXIDOS MELANCIA	ARROZ + FEIJÃO PEIXE ASSADO LEGUMES SAUTE (Batata, cenoura, chuchu, manteiga e orégano) ACELGA COM RÚCULA	MAÇÃ
SEX	5/4	SUCO DE MANGA QUIBE ASSADO (Trigo, moída, cebola, hortelã, cheiro verde) ABACAXI	ARROZ + FEIJÃO CUBOS BOVINOS COM MORANGA ALFACE C/ TOMATE RODELA	GOIABA
SAB	6/4	SABADO		
DOM	7/4	DOMINGO		
SEG	8/4	SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ PIPOCA SALADA DE FRUTAS (Mamão, Maçã, Banana, Laranja, Manga)	ARROZ + FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA DOCE CENOURA RALADA	MELANCIA
TER	9/4	LEITE C/ CANELA BOLINHA DE BATATA (Batata, ovo, polvilho azedo, óleo, sal e orégano) MELÃO	ARROZ + FEIJÃO VERMELHO ISCA DE PERNIL ACEBOLADA COM MANDIOCA VINAGRETE DE ABOBRINHA (Abobrinha, Tomate, Pimentão, Cebola, vinagre, azeite, cheiro verde, limão)	TANGERINA
QUA	10/4	LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA BOLO DE BANANA SEM FARINHA E SEM AÇÚCAR (Banana, Ovo, Leite em Pó, Passas, Fermento) MANGA	ARROZ + FEIJÃO MACARRÃO COM CARNE DESFIADA E RÚCULA (Macarrão talharim, cubos desfiados, molho de tomate, rúcula) ALFACE	CAQUI
QUI	11/4	VITAMINA DE BANANA COM ABACATE PÃO COM MANTEIGA MAMÃO	ARROZ + FEIJÃO PEIXE CROCANTE PURÊ DE BATATA COM BAROA ALFACE COM AZEDINHA E TOMATE	LARANJA
SEX	12/4	SUCO DE LARANJA COM BETERRABA OVOS MEXIDOS COM ORÉGANO BANANA	ARROZ + FEIJÃO FRANGO XADREZ (Frango, cebola, pimentão, cenoura e milho) TAIOBA REFOGADA	MELÃO
SAB	13/4	SABADO		
DOM	14/4	DOMINGO		
SEG	15/4	SUCO DE MANGA COXINHA DE FRANGO NUTRITIVA (Frango desfiado, requeijão caseiro, farinha de linhaça) LARANJA	ARROZ TUTU COM AVEIA (Feijão, Farinha de aveia, Molho de tomate, Ovos) CARNE MOÍDA COM ABOBRINHA RALADA REPOLHO COM TOMATE	MELANCIA
TER	16/4	SUCO DE GOIABA PÃO COM CARNE MOÍDA RICO (Moída, tomate, cebola, beterraba, cenoura, cheiro verde) MELANCIA	ARROZ + FEIJÃO ESTROGONOFÉ COM INHAME (Isclas de frango, cebola, inhame, tomate) CENOURA REFOGADA TOMATE CUBOS	MAÇÃ

*Cardápio sujeito a alterações

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR


 Nova Lima, 03 de Abril de 2024
 Nutricionista
 CRN 36232/P


 Nova Lima, 03 de Abril de 2024
 Nutricionista
 CRN 1616


 Nova Lima, 03 de Abril de 2024
 Nutricionista
 CRN 3582/P


 Nova Lima, 03 de Abril de 2024
 Nutricionista
 CRN 1437


 Nova Lima, 03 de Abril de 2024
 Nutricionista
 CRN 1076


 Nova Lima, 03 de Abril de 2024
 Nutricionista
 CRN-8 Nº 25536


 Nova Lima, 03 de Abril de 2024
 Nutricionista
 CRN 30158


 Nova Lima, 03 de Abril de 2024
 Nutricionista
 CRN - MG 2293


 Nova Lima, 03 de Abril de 2024
 Nutricionista
 CRN - MG 8556


 Nova Lima, 03 de Abril de 2024
 Nutricionista
 CRN - MG 8556

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA
CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS
EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) - MARÇO - ABRIL/2024
19 a 60 anos - PARCIAL

EJA: Entrada (18:00) + Jantar (20:30)

DIA	DATA	ENTRADA	JANTAR	
QUA	17/4	LEITE BOLO DE BANANA SEM FARINHA E SEM AÇÚCAR (Banana, Ovo, Leite em Pó, Passas, Fermento) MAMÃO	ARROZ + FEIJÃO ISCA BOVINA ACEBOLADA LEGUMES SAUTÉ (Batata, Cenoura, Chuchu) ALFACE COM AZEDINHA	ABACAXI
QUI	18/4	VITAMINA DE MANGA PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, limão, manteiga e sal) MELÃO	ARROZ + FEIJÃO PEIXE CROCANTE MORANGA REFOGADA ACELGA COM TOMATE	CAQUI
SEX	19/4	SUCO DE MELANCIA COXINHA DE FRANGO NUTRITIVA (Frango desfiado, requeijão caseiro, aveia) MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO COXA DE FRANGO ENSOPADA ANGU CHUCHU COM QUIABO REFOGADO	TANGERINA
SÁB	20/4	SÁBADO		
DOM	21/4	DOMINGO		
SEG	22/4	VITAMINA DE MAMÃO COM UVA PASSAS BISCOITO DELÍCIA (Farinha de trigo, leite em pó, manteiga, maçã, chia) PERA	ARROZ + FEIJÃO OMELETE COM SERRALHA MACARRÃO TALHARIM AO SUGO RICO (Tomate, cebola, beterraba, cenoura, manjericao, cheiro verde) VINAGRETE DE PEPINO (Pepino, tomate, cebola, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde, limão)	LARANJA
TER	23/4	VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100% (Banana, cacau e leite) PÃO COM MANTEIGA MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO ESCONDIDINHO DE MANDIOCA COM CARNE DESFIADA REPOLHO COM TOMATE	GOIABA
QUA	24/4	LEITE SABORIZADO C/ CANELA EM CASCA BOLO DE BANANA SEM FARINHA E SEM AÇÚCAR (Banana, Ovo, Leite em Pó, Passas, Fermento) MAMÃO	ARROZ FEIJOADA (Feijão, Pernil e Isca) COUVE REFOGADA VINAGRETE (Tomate, cebola, cenoura, pimentão, vinagre, cheiro verde, limão)	TANGERINA
QUI	25/4	VITAMINA DE CHOCOLATE (Leite, banana, cacau 100%) PÃO COM MANTEIGA GOIABA	ARROZ + FEIJÃO CARNE MOÍDA COM MORANGA TOMATE EM CUBOS COM ALMEIRÃO	MELANCIA
SEX	26/4	SUCO DE MANGA BOLINHO DE ARROZ (Arroz, Ovo, Chia, Frango e Polvilho) MELÃO	ARROZ + FEIJÃO MOQUECA DE PEIXE COM BATATA (Filé de tilápia, batata, tomate, cebola, pimentão, cheiro verde, azeite) ACELGA COM RÚCULA	BANANINHA
SÁB	27/4	SÁBADO		
DOM	28/4	DOMINGO		
SEG	29/4	SUCO DE LARANJA QUIBE ASSADO (Trigo, moída, cebola, hortelã, cheiro verde) PÊRA	ARROZ + FEIJÃO CUBOS DE FRANGO COM BAROA REPOLHO COM CENOURA	GOIABA
TER	30/4	VITAMINA DE MANGA TORRADA COM MANTEIGA E ORÉGANO BANANA	ARROZ + FEIJÃO COXA DE FRANGO ASSADA ANGU QUIABO COM CHUCHU	MELANCIA

*Cardápio sujeito a alterações

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR


Ana Clara Souza Santos
Nutricionista
CRN 261238


Andreia Cristina Oliveira
Nutricionista
CRN 1416


Karine Mendes Silva
Nutricionista
CRN 2852P


Edna Farias
Nutricionista
CRN 1417


Edna Lúcia M. Lourenço
Nutricionista
CRN 1005


Marilene Gomes Costa
Nutricionista
CRN - P Nº 25536


Mariana Vaz Silva
Nutricionista
CRN 30158


Michéle C. de Araújo
Nutricionista
CRN - MG 2293


Naiara A. Cândido
Nutricionista
CRN - MG 8858


Sara C. Nery Santos
Nutricionista
CRN - ACN

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA
CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS
EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) - MAIO/2024
19 a 60 anos - PARCIAL

EJA: Entrada (18:00) + Jantar (20:30)

DIA	DATA	ENTRADA	JANTAR
QUA	1/5	FERIADO	
QUI	2/5	SUCO DE LARANJA SANDUÍCHE (Pão, atum com molho de tomate, alface) MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO PEIXE CROCANTE PURÊ DE COUVE FLOR ALFACE COM AZEDINHA TANGERINA
SEX	3/5	SUCO DE ABACAXI C/ LARANJA NUGGETS CASEIRO (Frango, cenoura, ovo, chia, aveia) BANANA	ARROZ + FEIJÃO ESTROGONOFÉ COM INHAME (Isclas bovinas, cebola, inhame, tomate) BATATA SAUTÉ ALFACE COM TOMATE MAÇÃ
SÁB	4/5	SÁBADO	
DOM	5/5	DOMINGO	
SEG	6/5	SUCO DE GOIABA PIPOCA BANANA	ARROZ + FEIJÃO ISCA BOVINA ACEBOLADA LEGUMES SAUTÉ (Batata, cenoura, chuchu, manteiga e orégano) TOMATE EM RODELA LARANJA
TER	7/5	SUCO DE MANGA PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO (Leite, limão, manteiga e sal) MELÃO	ARROZ + FEIJÃO CUBOS BOVINOS COM MANDIOCA REPOLHO COM CENOURA RALADA MAMÃO
QUA	8/5	VITAMINA DE FRUTAS (leite, mamão, maçã e banana) BISCOITO DE POLVILHO (Polvilho, óleo, leite, ovos) MELÃO	ARROZ FEIJÃO TROPEIRO (feijão, isca de boi, pernil, ovos, farinha) MOSTARDA REFOGADA VINAGRETE (Tomate, cebola, cenoura, pimentão, vinagre, cheiro verde, limão) TANGERINA
QUI	9/5	LEITE SABORIZADO COM RASPAS DE LARANJA PÃO COM MANTEIGA UVA	ARROZ + FEIJÃO PEIXE ASSADO CREME DE ESPINAFRE (Espinafre, leite, manteiga, farinha de trigo) ALFACE COM TOMATE RODELA BANANA
SEX	10/5	LEITE BROA DE FUBÁ (Ovo, leite, óleo, farinha, fubá, açúcar) MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO FRANGO ENSOPADO MACARRÃO INTEGRAL AO SUGO COM RÚCULA (Tomate, cebola, beterraba, cenoura, cheiro verde, rúcula) ALFACE ABACAXI
SÁB	11/5	SÁBADO	
DOM	12/5	DOMINGO	
SEG	13/5	SUCO DE MELANCIA CREPIOCA COM FRANGO (Tapioca, ovo e frango) MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO ISCAS DE PERNIL ACEBOLADA MANDIOCA ENSOPADA TOMATE CUBOS COM CENOURA RALADA LARANJA
TER	14/5	VITAMINA DE CHOCOLATE (Leite, banana, cacau) PÃO COM MANTEIGA PÊRA	ARROZ + FEIJÃO ISCAS BOVINAS AO MOLHO BRÓCOLIS COM CENOURA REFOGADOS BETERRABA CRUA RALADA MAMÃO

*Cardápio sujeito a alterações

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR


Ana Clara Souza Salgueiro
Nutricionista
CRN 262238


Anderson Oliveira
Nutricionista
CRN 14616


Karoline Mendes Silva
Nutricionista
CRN 28826P


Edna Freitas
Nutricionista
CRN 14157


Eliana Maria N. Jardim
Nutricionista
CRN 12475


Marilene N. Gonçalves Costa
Nutricionista
CRN - 9 Nº 25536


Mariana Vaz Silva
Nutricionista
CRN 30158


Michelle C. de Araújo
Nutricionista
CRN - MG 2293


Naiara A. Cândido
Nutricionista
CRN - MG 8558


Sara C. Barros Santana
Nutricionista
CRN 14158