

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA
CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS
EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) - JUNHO/2025
19 a 60 anos - PARCIAL

DIA	DATA	JANTAR (18:00)	LANCHE (20:30)
QUA	7/5	ARROZ + FEIJÃO VERMELHO CUBOS SUÍNOS COM CANJQUINHA E LEGUMES (Cenoura, tomate e chuchu) COUVE REFOGADA	BANANA CHOCOLATE QUENTE (Leite, cacau 70%, açúcar) BISCOITO DE POLVILHO (Polvilho, ovos, leite, óleo, batata) MELÃO
QUI	8/5	ARROZ + FEIJÃO COXA DE FRANGO ENSOPADA BAROA REFOGADA ALFACE COM AZEDINHA E CENOURA RALADA	ABACAXI VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100% PÃO COM MANTEIGA MELÃO
SEX	9/5	ARROZ + FEIJÃO CUBOS DE PERNIL AO MOLHO LEGUMES SAUTE (Batata, cenoura, chuchu, manteiga e orégano) COUVE REFOGADA	LARANJA CANJICA (Leite, canjica, amendoim, leite condensado, côco, açúcar, canela) BANANA
SÁB	10/5	SÁBADO	
DOM	11/5	DOMINGO	
SEG	12/5	ARROZ + FEIJÃO PRETO CUBOS SUÍNOS COM GRÃO DE BICO E LEGUMES (Cubo suíno, grão de bico, moranga, chuchu, tomate) TOMATE CABRITADO	LARANJA LEITE SABORIZADO COM CANELA BISCOITO DE POLVILHO (Polvilho, ovos, leite, óleo, batata) BANANA
TER	13/5	ARROZ + FEIJÃO VERMELHO ESCONDIDINHO DE MANDIOCA COM PERNIL DESFIADO REPOLHO COM CENOURA REFOGADOS	BANANA VITAMINA DE FRUTAS (Banana, mamão e maçã) ROSCA CASEIRA (Farinha de trigo, leite, ovos, batata, óleo, fermento) GOIABA
QUA	14/5	ARROZ + FEIJÃO VERMELHO COXA DE FRANGO ASSADA FAROFA DE MOSTARDA (Farinha, ovos, mostarda e cheiro verde) TOMATE COM BETERRABA RALADA	LARANJA SUCO DE GOIABA QUIBE ASSADO (Trigo, moída, cebola, cheiro verde) MELÃO
QUI	15/5	ARROZ + FEIJÃO PEIXE ENSOPADO BATATA SAUTÉ ALFACE COM AZEDINHA	MANGA VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100% (Leite, banana, cacau 100%) PÃO COM MANTEIGA MAÇÃ
SEX	16/5	ARROZ + FEIJÃO COXA DE FRANGO ENSOPADA COM ORA-PRO-NÓBIS ANGU	LARANJA COQUETEL DE FRUTAS AMARELAS (Maracujá, manga e laranja) OVOS MEXIDOS MELANCIA
SÁB	17/5	SÁBADO	
DOM	18/5	DOMINGO	
SEG	19/5	ARROZ + FEIJÃO PRETO CUBOS SUÍNOS AO MOLHO PURÉ DE BATATA COUVE REFOGADA	LARANJA LEITE SABORIZADO COM CANELA BOLINHA DE BATATA (Batata, ovo, polvilho azedo, óleo, sal e orégano) MELANCIA
TER	20/5	ARROZ + FEIJÃO VERMELHO PEIXE CROCANTE CENOURA REFOGADA ACELGA COM RÚCULA	MELANCIA CANJICA (Leite, canjica, amendoim, leite condensado, côco, açúcar, canela) BANANA

*Cardápio sujeito a alterações
 SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR
 NÚCLEO DE NUTRIÇÃO


 Ana Clara Silva Salmeida
 Nutricionista
 CRN 26223P


 Anderson Oliveira
 Nutricionista
 CRN 7495


 Karoline Mendes Silva
 Nutricionista
 CRN 9992P


 Ednei Frazzetto
 Nutricionista
 CRN 4117


 Lídia Kallory M. Lourenço
 Nutricionista
 CRN 1007


 Marilene M. Gonçalves Costa
 Nutricionista
 CRN-9 Nº 29538


 Mariana Vêz Silva
 Nutricionista
 CRN 93015B


 Michèle C. de Araújo
 CRN - MG 2293


 Natara A. Cândido
 CRN - MG 8858


 Sara C. Ruffini Santana
 Nutricionista
 CRN - RJ

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA
CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS
EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) - MAIO/2025
19 a 60 anos - PARCIAL

DIA	DATA	JANTAR (18:00)	LANCHE (20:30)
QUA	21/5	ARROZ + FEIJÃO COXA DE FRANGO ENSOPADA COM CHUCHU ANGU COUVE REFOGADA	LARANJA SUCO DE GOIABA OVOS MEXIDOS MAMÃO
QUI	22/5	ARROZ COM AÇAFRÃO + FEIJÃO PEIXE CROCANTE BATATA ENSOPADA ACELGA E CENOURA RALADA	MELANCIA LEITE SABORIZADO COM BAUNILHA BOLO DE MANDIOCA (Mandioca, ovo, leite, açúcar, manteiga, coco, farinha de trigo, fermento) MAÇÃ
SEX	23/5	ARROZ + FEIJÃO CUBOS DE PERNIL COM MORANGA ALFACE COM SERRALHA	BANANA SUCO DE MANGA QUIBE ASSADO (Trigo, moída, cebola, hortelã, cheiro verde) MELANCIA
SÁB	24/5	SÁBADO	
DOM	25/5	DOMINGO	
SEG	26/5	ARROZ + FEIJÃO ISCA DE PERNIL COM MANDIOCA COUVE REFOGADA CENOURA RALADA	MELANCIA SUCO DE LARANJA TORTA DE CARNE MOÍDA COM LEGUMES (Farinha de trigo, moída, cebola, abobrinha e espinafre) MAÇÃ
TER	27/5	ARROZ + FEIJÃO PRETO PEIXE ENSOPADO PURÊ DE BATATA TOMATE EM CUBINHOS	ABACAXI VITAMINA DE ABACATE COM BANANA PÃO COM MANTEIGA MELANCIA
QUA	28/5	ARROZ + FEIJÃO CUBOS SUÍNOS COM ABOBRINHA ALFACE COM AZEDINHA E TOMATE	MELÃO SUCO DE LARANJA COM MAMÃO BOLINHA DE CARNE NUTRITIVA (Moída, Cenoura, Ovo, Linhaça, Chia, Aveia, hortelã) MELANCIA
QUI	29/5	ARROZ + FEIJÃO COXA DE FRANGO ASSADA FAROFA DE MOSTARDA (Farinha de milho, ovos, mostarda e cheiro verde) CENOURA RALADA	LARANJA VITAMINA DE FRUTAS (Leite, banana, mamão e maçã) PÃO DE BATATA (Farinha de trigo, leite, ovos, óleo, batata, fermento biológico) ABACAXI
SEX	30/5	ARROZ + FEIJÃO OMELETE (Ovo e cheiro verde) MACARRÃO AO SUGO COM ESPINAFRE (Parafuso integral, molho de tomate, espinafre) ACELGA + BETERRABA RALADA	MAÇÃ SUCO DE MARACUJÁ COM MANGA MILHO COZIDO MELANCIA
SÁB	31/5	SÁBADO	
DOM	1/6	DOMINGO	
SEG	2/6	ARROZ + FEIJÃO ISCA DE PERNIL ACEBOLADA INHAME ENSOPADO ACELGA COM TOMATE	BANANA SUCO DE LARANJA BOLINHO DE MANDIOCA COM PERNIL DESFIADO MAÇÃ
TER	3/6	ARROZ + FEIJÃO COXA DE FRANGO ENSOPADA COM ORA-PRO-NÓBIS ANGU	MELANCIA VITAMINA DE MARACUJÁ COM MANGA PÃO COM MANTEIGA ABACAXI

*Cardápio sujeito a alterações

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR
 NÚCLEO DE NUTRIÇÃO



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA
CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS
EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) - MAIO e JUNHO/2025
19 a 60 anos - PARCIAL

DIA	DATA	JANTAR (18:00)	LANCHE (20:30)
QUA	4/6	ARROZ + FEIJÃO ESTROGONOFE DE PERNIL (Isclas de pernil, cebola, cenoura, polpa de tomate e inhame) BATATA CORADA ALFACE COM CENOURA RALADA	LARANJA VITAMINA DE BANANA COM CACAU 100% BOLO DE CENOURA (Farinha de trigo, cenoura, óleo, ovos, açúcar, fermento) MANGA
QUI	5/6	ARROZ + FEIJÃO PEIXE CROCANTE MACARRÃO AO SUGO COM LEGUMES Penne, molho de tomate, cenoura e abobrinha ralada) ACELGA COM AZEDINHA	MAÇÃ VITAMINA DE MAÇÃ COM MAMÃO PÃO DE CEBOLA (Farinha de trigo, leite, ovos, óleo, cebola, batata, fermento biológico) MELÃO
SEX	6/6	ARROZ + FEIJÃO COXA DE FRANGO ASSADA LEGUMES SAUTE (Batata, cenoura, chuchu, manteiga e orégano) ALFACE COM AZEDINHA	MELANCIA SUCO INTEGRAL DE UVA OVOS MEXIDOS BANANA
SÁB	7/6	SÁBADO	
DOM	8/6	DOMINGO	
SEG	9/6	ARROZ + FEIJÃO CUBOS SUÍNOS AO MOLHO DE TOMATE VIRADO DE VAGEM COM CENOURA (Farinha de milho) ACELGA COM TOMATE	LARANJA SUCO DE GOIABA PIPOCA SALADA DE FRUTAS (Banana, mamão, maçã, laranja)
TER	10/6	ARROZ + FEIJÃO OVO COZIDO MACARRÃO AO SUGO COM RÚCULA (Parafuso, molho de tomate, rúcula) TOMATE EM MEIA LUA	ABACAXI SUCO DE LARANJA TORTA DE PERNIL COM LEGUMES (Farinha de trigo, pernil desfiado, abobrinha, cebola e espinafre) MELÃO
QUA	11/6	ARROZ + FEIJÃO VERMELHO CUBOS SUÍNOS COM GRÃO DE BICO E LEGUMES (Cubo bovino, grão de bico, moranga, chuchu, tomate) ALFACE COM AGRÍÃO	MANGA VITAMINA SEM LEITE (Maçã, banana, mamão e laranja) MILHO COZIDO BANANA
QUI	12/6	ARROZ + FEIJÃO PEIXE CROCANTE CENOURA REFOGADA ALFACE COM RÚCULA	MELÃO VITAMINA DE ABACATE (Leite, banana e abacate) PÃO COM MANTEIGA LARANJA
SEX	13/6	ARROZ COM AÇAFRÃO + FEIJÃO COXA DE FRANGO ENSOPADA COM QUIABO ANGU COUVE REFOGADA	LARANJA SUCO DE UVA INTEGRAL QUIBE ASSADO (Trigo, moída, cebola, hortelã, cheiro verde) MAÇÃ
SÁB	14/6	MACARRÃO AO MOLHO RICO (Macarrão parafuso, cubos de pernil, cenoura, beterraba, abobrinha, molho de tomate e espinafre)	BANANA SUCO DE UVA INTEGRAL BOLINHA DE CARNE NUTRITIVA (Moída, Cenoura, Ovo, Linhaça, Chia, Aveja, hortelã) LARANJA
DOM	15/6	DOMINGO	
SEG	16/6	ARROZ + FEIJÃO PRETO COXA DE FRANGO ASSADA CANJIQUINHA COM LEGUMES (Cenoura, tomate e chuchu) ALMEIRÃO REFOGADO	BANANA LEITE SABORIZADO COM CANELA BOLINHA DE BATATA (Batata, ovo, polvilho azedo, óleo, sal e orégano) LARANJA
TER	17/6	ARROZ + FEIJÃO PEIXE ASSADO MACARRÃO AO SUGO COM ESPINAFRE TOMATE EM RODELA	MELÃO VITAMINA DE FRUTAS (Leite, banana, mamão e maçã) ROSCA CASEIRA (Farinha de trigo, leite, ovos, batata, óleo, fermento) MAMÃO

*Cardápio sujeito a alterações
 SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR
 NÚCLEO DE NUTRIÇÃO


 Ana Cláudia Souza Salazar
 Nutricionista
 CRN 202328


 Anderson Oliveira
 Nutricionista
 CRN 1466


 Emanuel Mendes Silva
 Nutricionista
 CRN 98828


 Edna Fátima
 Nutricionista
 CRN 10177


 Eliete Lúcia de Jesus
 Nutricionista
 CRN 10177


 Marilene N. Gonçalves Costa
 Nutricionista
 CRN - 9 Nº 25536


 Mariana Vaz Silva
 Nutricionista
 CRN 9 30158


 Michelle C. de Araújo
 CRN - MG 2293


 Natália A. Cândido
 CRN - MG 8858


 Sara C. Ruffini Senzua
 Nutricionista
 CRN 10177

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE NOVA LIMA
CARDÁPIOS ESCOLAS MUNICIPAIS
EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) - JUNHO/2025
19 a 60 anos - PARCIAL

DIA	DATA	JANTAR (18:00)	LANCHE (20:30)
QUA	18/6	ARROZ + FEIJÃO VERMELHO ISCA DE PERNIL AO MOLHO DE TOMATE FAROFA RICA (Farinha de milho, ovos, cenoura, vagem, repolho) MOSTARDA REFOGADA	MELANCIA SUCO DE UVA INTEGRAL BOLINHA DE CARNE NUTRITIVA (Moída, Cenoura, Ovo, Linhaça, Chia, Aveia, hortelã) MAÇÃ
QUI	19/6	RECESSO	
SEX	20/6	CANJQUINHA COM LEGUMES (Cenoura, chuchu, batata, tomate, cubos suínos)	MAÇÃ SUCO DE LARANJA OVOS MEXIDOS TANGERINA
SÁB	21/6	SÁBADO	
DOM	22/6	DOMINGO	
SEG	23/6	SOPA DE MACARRÃO RICA (Macarrão parafuso, cubos de pernil, batata, cenoura, espinafre e feijão)	BANANA LEITE SABORIZADO COM CANELA BOLO MESCLADO SEM AÇÚCAR (Uva passa, ovo, óleo, leite, farinha de trigo, cacau, fermento) BANANA
TER	24/6	ARROZ + FEIJÃO PRETO COXA DE FRANGO ASSADA ANGU QUIABO COUVE REFOGADA	LARANJA SUCO DE MANGA TORTA DE ATUM COM LEGUMES (Farinha de trigo, atum, cenoura, cebola e espinafre) MELÃO
QUA	25/6	ARROZ + FEIJÃO VERMELHO ESTROGONOFE DE PERNIL (Isacas de pernil inhame, tomate, cebola) BATATA SAUTÉ ALFACE COM RÚCULA	MELÃO ÁGUA DE COCO BOLINHO DE ARROZ (Arroz, ovo, chia, carne moída, polvilho) MAMÃO
QUI	26/6	ARROZ + FEIJÃO PRETO CUBOS DE PERNIL ACEBOLADA CANJQUINHA COM LEGUMES (Cenoura, chuchu, tomate) COUVE REFOGADA	MELANCIA VITAMINA DE FRUTAS (Leite, banana, mamão e maçã) PÃO COM MANTEIGA MAÇÃ
SEX	27/6	ARROZ + FEIJÃO PEIXE ENSOPADO CENOURA REFOGADA ALFACE COM TOMATE EM CUBOS	LARANJA SUCO DE ABACAXI E HORTELÃ PIPOCA SALADA DE FRUTAS (Banana, mamão, maçã, laranja)
SÁB	28/6	MACARRÃO AO MOLHO RICO (Macarrão parafuso, cubos de pernil, cenoura, beterraba, abobrinha, molho de tomate e espinafre)	BANANA SUCO DE UVA INTEGRAL BOLINHA DE CARNE NUTRITIVA (Moída, Cenoura, Ovo, Linhaça, Chia, Aveia, hortelã) LARANJA
DOM	29/6	DOMINGO	
SEG	30/6	ARROZ FEIJOADA (Feijão preto, isca de pernil) VINAGRETE (Tomate, cebola, cenoura, pimentão, vinagre, azeite, cheiro verde) COUVE REFOGADA	LARANJA SUCO DE UVA INTEGRAL QUIBE ASSADO (Trigo, moída, cebola, cheiro verde) GOIABA
TER	1/7	ARROZ POPAYE (espinafre) + FEIJÃO VERMELHO PEIXE CROCANTE PURÊ DE BATATA REPOLHO COM CENOURA REFOGADOS	MAÇÃ LEITE SABORIZADO COM CANELA PÃO DE BATATA (Farinha de trigo, leite, ovo, açúcar, óleo, batata) MELANCIA

*Cardápio sujeito a alterações

SUCOS, VITAMINAS E LEITES NÃO PODEM CONTER AÇÚCAR
 NÚCLEO DE NUTRIÇÃO


 Ana Clara Souza Salgueiro
 Nutricionista
 CRN 26233/P


 Andressa Carolina Oliveira
 Nutricionista
 CRN 7406


 Karoline Gomes Silva
 Nutricionista
 CRN 9885/P


 Karine Feres
 Nutricionista
 CRN 14117


 Lívia Luíza de Lencastre
 Nutricionista
 CRN 13211


 Marilene R. Gonçalves Costa
 Nutricionista
 CRN-9 Nº 25536


 Mariana Vaz Silva
 Nutricionista
 CRN 9 30158


 Michelle C. de Araújo
 CRN - MG 2293


 Naiara A. Cândido
 CRN - MG 8858


 Sara C. Pereira Santana
 Nutricionista
 CRN - AM