

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLAR

CARDÁPIO 02 A 06 DE MAIO DE 2022 PRÉ-ESCOLA,

FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 1 REFEIÇÃO

Segunda-feira 02/05/2022	Terça-feira 03/05/2022	Quarta-feira 04/05/2022	Quinta-feira 05/05/2022	Sexta-feira 06/05/2022
Macarrão com molho de carne moída Salada de chuchu Maçã	Arroz, Feijão, Frango em cubo com vagem, Salada de Tomate, Melancia	Arroz, Feijão, omelete com tomate Salada de Acelga Pêra	Arroz, Feijão, Peixe Cozido ao Molho, Salada de Beterraba Abacaxi	Arroz, Feijão, Sobrecoxa cozida Salada de Acelga com tomate Banana

Obs. Cardápio sujeito a alterações pela disponibilidade do produto e/ou intercorrências na entrega pelo fornecedor, melhor aproveitamento dos alimentos (armazenagem, grau de maturação e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo e que não alterem significativamente a composição geral e nutricional da refeição.

Composição Nutricional (média semanal)

Etapa/ Faixa etária	Energia Kcal	Proteína Gramas	Lipídeos Gramas	Carboidratos Gramas
Pré-escola (4-5 anos)	301	11	9	42
Fundamental I (6-10 anos)	351	13	10	51
Fundamental II (11-15 anos)	471	19	11	73

Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar ELABORADO POR SILVANA MIEZA CRN 49.279 3º REGIÃO

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 02 A 06 DE MAIO DE 2022 BERÇÁRIO II E

MATERNAL (1 a 3 anos) 3 REFEIÇÕES - Consistência sólida

Refeição	Segunda-feira 02/05/2022	Terça-feira 03/05/2022	Quarta-feira 04/05/2022	Quinta-feira 05/05/2022	Sexta-feira 06/05/2022
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite	Bolo de Banana Leite com Cacau	Leite com cacau Banana	Torta salgada com escarola leite	Ovo mexido Leite com cacau
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Macarrão com molho de carne moída Salada de chuchu Maçã	Arroz, Feijão, Frango em cubo com vagem Salada de Tomate, Melancia	Arroz, Feijão, omelete com tomate Salada de Acelga Pêra	Arroz, Feijão, Peixe Cozido ao Molho, Salada de Beterraba Abacaxi	Arroz, Feijão, Sobrecoca cozida com tomate, Salada de Pepino Banana
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Abacaxi	Goiaba	Maçã	Banana	Melancia
Jantar 16:00 às 17:00	Arroz, Feijão, Frango com molho salada de acelga	Macarrão com molho de carne moída , salada de repolho	Arroz, Feijão, Sobrecoca na cebola caramelizada Salada de Beterraba	Sopa de feijão com macarrão, abóbora moranga e espinafre	Arroz, feijão, omelete com abobrinha salada de tomate

Obs. Cardápio sujeito a alterações pela disponibilidade do produto e/ou intercorrências na entrega pelo fornecedor, melhor aproveitamento dos alimentos (armazenagem, grau de maturação e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo e que não alterem significativamente a composição geral e nutricional da refeição.



Secretaria de Educação, Cultura e Turismo
Departamento de Educação

Av. Prefeito Valdério Prisco, 193 - Centro

sec@ribeiraopires.sp.gov.br

Telefone: (11) 4828-9600

Composição Nutricional (média semanal)

Etapa/ Faixa etária	Energia Kcal	Proteínas Gramas	Lipídeos Gramas	Carboidratos Gramas	Cálcio Miligramas	Ferro Miligramas	Retinol Microgramas	Vitamina C Miligramas
Berçário II e Maternal (1-3 anos)	601	24	16	90	202,76	3,87	180,77	39,26

Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar. ELABORADO POR SILVANA MIEZA CRN 49.279 3° REGIÃO

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 02 A 06 DE MAIO DE 2022 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 02/05/2022	Terça-feira 03/05/2022	Quarta-feira 04/05/2022	Quinta-feira 05/05/2022	Sexta-feira 06/05/2022
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Macarrão com carne moída, salada de chuchu, Maçã	Papa de Arroz, Feijão, Frango com Tomate e vagem Melancia	Papa de Arroz, Feijão e ovo cozido, tomate e acelga Pêra	Papa de Arroz, Feijão, Peixe cozido ao molho e beterraba cozida Abacaxi	Papa de Arroz, Feijão, Sobrecoxa tomate e pepino refogado Banana
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil
Jantar 16:00 às 17:00	Papa de arroz feijão e frango com molho e acelga	Macarrão com carne moída e repolho	Papa de arroz feijão e sobrecoxa cozida, beterraba	Sopa de feijão com macarrão abóbora moranga e espinafre	Papa de arroz com feijão omelete com tomate e abobrinha

Obs. Cardápio sujeito a alterações pela disponibilidade do produto e/ou intercorrências na entrega pelo fornecedor, melhor aproveitamento dos alimentos (armazenagem, grau de maturação e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo e que não alterem significativamente a composição geral e nutricional da refeição.

Composição Nutricional (média semanal)

Etapa/ Faixa etária	Energia Kcal	Proteínas Gramas	Lipídeos Gramas	Carboidratos Gramas	Cálcio Miligramas	Ferro Miligramas	Retinol Microgramas	Vitamina C Miligramas
Berçário I (7-11 meses)	520	18	19	68	272,75	5,65	226,25	50,27

Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar. ELABORADO POR SILVANA MIEZA CRN 49.279 3º REGIÃO