

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLAR

CARDÁPIO 06 A 10 DE JUNHO DE 2022 PRÉ-ESCOLA,

FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 1 REFEIÇÃO

Segunda-feira 06/06/2022	Terça-feira 07/06/2022	Quarta-feira 08/06/2022	Quinta-feira 09/06/2022	Sexta-feira 10/06/2022
Bolinho Leite com achocolatado Rosquinha Maçã	Arroz integral, Feijão, Carne em cubo com mandioca Farofa de cenoura Salada de Tomate, Melancia	Arroz, Feijão, Salada de ovo com batata Pêra	Arroz, Feijão, Peixe Cozido ao Molho, Salada de Beterraba Abacaxi	Canja com arroz, frango cenoura mandioquinha e espinafre 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)	350	11	10	55
Fundamental I (6-10 anos)	404	13	11	65
Fundamental II (11-15 anos)	508	18	12	84

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

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 06 A 10 DE JUNHO DE 2022 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 06/06/2022	Terça-feira 07/06/2022	Quarta-feira 08/06/2022	Quinta-feira 09/06/2022	Sexta-feira 10/06/2022
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite	Bolo de cenoura com cobertura de cacau Leite	Leite com cacau Banana	Ovo mexido Leite	Torta salgada com escarola, tomate, cenoura Leite com cacau
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Polenta com molho de frango Salada de chuchu Maçã	Arroz integral, Feijão, Carne em cubo com mandioca Farofa de cenoura Salada de Tomate, Melancia	Arroz, Feijão, Salada de ovo com batata Pêra	Arroz, Feijão, Peixe Cozido ao Molho, Salada de Beterraba Abacaxi	Canja com arroz, frango cenoura mandioquinha e espinafre Laranja Lima
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Mexerica	Goiaba	Bolo de Laranja Leite	Mamão	Melancia
Jantar 16:00 às 17:00	Arroz integral, Feijão, Carne com molho salada de escarola Pêra	Macarrão com molho de carne moída , salada de repolho Melão	Arroz, Feijão, Peixe cozido com tomate Salada de Alface Maçã	Sopa de feijão com macarrão, abóbora moranga e espinafre Melão	Arroz, feijão, omelete com abobrinha salada de pepino Mexerica



Secretaria de Educação, Cultura e Turismo
Departamento de Educação

Av. Prefeito Valdério Prisco, 193 - Centro

sec@ribeiraopires.sp.gov.br

Telefone: (11) 4828-9600

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 II e Maternal (1-3 anos)	677	27	19	103	243,55	4,04	283,66	86,61

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

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 06 A 10 DE JUNHO DE 2022 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 06/06/2022	Terça-feira 07/06/2022	Quarta-feira 08/06/2022	Quinta-feira 09/06/2022	Sexta-feira 10/06/2022
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil maçã cozida	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Banana	Leite materno ou fórmula infantil
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Polenta com molho de frango e chuchu refogado Maçã cozida	Papa de arroz, Feijão, Carne em cubo com mandioca e Tomate, Melancia	Papa de arroz, Feijão, ovo cozido com batata Pêra cozida	Papa de arroz, Feijão, Peixe Cozido ao Molho e Beterraba Abacaxi pedaços pequenos	Canja com arroz, frango cenoura mandioquinha e espinafre Laranja lima
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Leite materno ou fórmula infantil Pêra cozida	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Melão pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Melância
Jantar 16:00 às 17:00	Papa de arroz, Feijão, Carne com molho e escarola refogada Pêra cozida	Sopa de macarrão com tomate carne moída e repolho Melão pedaços pequenos	Papa de arroz, Feijão, Peixe cozido com tomate Maçã cozida	Sopa de feijão com macarrão, abóbora moranga e espinafre Melão pedaços pequenos	Papa de arroz, feijão, omelete com abobrinha Mexerica



Secretaria de Educação, Cultura e Turismo
Departamento de Educação

Av. Prefeito Valdério Prisco, 193 - Centro

sec@ribeiraopires.sp.gov.br

Telefone: (11) 4828-9600

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)	529	18	18	74	272	5,57	352	61,23

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