

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLAR

CARDÁPIO 16 A 20 DE MAIO DE 2022 PRÉ-ESCOLA,

FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 1 REFEIÇÃO

Segunda-feira 16/05/2022	Terça-feira 17/05/2022	Quarta-feira 18/05/2022	Quinta-feira 19/05/2022	Sexta-feira 20/05/2022
Macarrão com carne moída Salada de Beterraba, Melancia	Arroz integral + Feijão, Frango em cubo na cebola caramelizada, Salada de Acelga, Maçã	Arroz + Feijão, Omelete com espinafre, Salada de tomate, Abacaxi	Arroz + Feijão Peixe com Abóbora Salada de Pepino Mamão	Canjica Rosquinha Pêra

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)	329	11	9	52
Fundamental I (6-10 anos)	386	13	10	63
Fundamental II (11-15 anos)	480	17	10	80

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

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 16 A 20 DE MAIO DE 2022 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 16/05/2022	Terça-feira 17/05/2022	Quarta-feira 18/05/2022	Quinta-feira 19/05/2022	Sexta-feira 20/05/2022
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite com Cacau	Maçã Leite batido com Beterraba	Bolo de Chocolate Leite	Vitamina de banana com maçã	Aveia Dormida com banana e uva-passa
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Macarrão com carne moída Salada de Beterraba, Mexerica	Arroz integral + Feijão, Frango em cubo na cebola caramelizada, Salada de Acelga, Banana	Arroz + Feijão, Omelete com espinafre, Salada de Tomate, Abacaxi	Arroz + Feijão Peixe com Abóbora Salada de Pepino Mamão	Sopa tipo canja com frango arroz inhame cenoura Laranja Lima
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Pêra	Melancia	Laranja	Torta de acelga com tomate Leite com cacau	Goiaba
Jantar 16:00 às 17:00	Arroz, Feijão, Frango em cubo Salada de brócolis	Sopa de feijão com carne cubo, macarrão, Abóbora e couve	Arroz integral, Feijão, Sobrecoxa Salada Acelga	Macarrão com carne moída Salada de alface	Arroz + Feijão Peixe com batata Salada de Repolho

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)	586	25	15	89	211,73	3,77	238,80	72,77

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

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 16 A 20 DE MAIO DE 2022 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 16/05/2022	Terça-feira 17/05/2022	Quarta-feira 18/05/2022	Quinta-feira 19/05/2022	Sexta-feira 20/05/2022
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 Beterraba cozida, Melancia	Papa de arroz + Feijão, Frango em cubo na cebola caramelizada e Acelga refogada, Mexerica	Papa de arroz + Feijão, Omelete com espinafre e tomate, Abacaxi	Papa de arroz + Feijão Peixe com Abóbora Mamão	Sopa tipo canja com frango arroz inhame cenoura e tomate Laranja Lima
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, Frango em cubo e brócolis	Sopa de feijão com carne cubo, macarrão, Abóbora e couve	Papa de arroz, Feijão, Sobrecoxa Acelga Refogada	Macarrão com carne moída	Papa de arroz + Feijão Peixe com batata

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)



Secretaria de Educação, Cultura e Turismo
Departamento de Educação

Av. Prefeito Valdério Prisco, 193 - Centro

sec@ribeiraopires.sp.gov.br

Telefone: (11) 4828-9600

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)	510,76	21	17	69	282,77	5,00	333,14	72,20

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