

**CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLAR**

CARDÁPIO 20 A 24 DE JUNHO DE 2022 PRÉ-ESCOLA,

FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 1 REFEIÇÃO

Segunda-feira 20/06/2022	Terça-feira 21/06/2022	Quarta-feira 22/06/2022	Quinta-feira 23/06/2022	Sexta-feira 24/06/2022
Pão com Margarina  Leite com achocolatado  Pêra	Arroz int + Feijão,  Suíno na cebola caramelizada,  Salada de Beterraba,  Maçã	Arroz + Lentilha,  Ovo cozido,  espinafre refogado,  Salada de tomate, Abacaxi	Arroz + Feijão  Peixe com Abóbora Brasileira  Farofa de cenoura  Salada de Pepino  Banana	Polenta com molho de Frango  Salada de Repolho, Melancia

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)	322	11	10	48
Fundamental I (6-10 anos)	358	12	11	55
Fundamental II (11-15 anos)	460	16	11	64

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

**CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA**

CARDÁPIO 20 A 24 DE JUNHO DE 2022 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 20/06/2022	Terça-feira 21/06/2022	Quarta-feira 22/06/2022	Quinta-feira 23/06/2022	Sexta-feira 24/06/2022
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite com cacau	Banana Leite com cacau	Mingau de Aveia	Mamão Leite	Aveia Dormida com banana e uva-passa
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Polenta com molho de Suíno  Salada de Repolho,  Mexerica	Arroz + Feijão,  Quibe de forno  Salada de Beterraba,  Maçã	Arroz + Lentilha,  Ovo cozido, Espinafre refogado, Salada de tomate,  Abacaxi	Arroz + Feijão  Peixe com Abóbora Brasileira  Farofa de cenoura  Salada de Pepino  Pera	Risoto de Frango com vagem e cenoura ralada  Goiaba
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Pêra	Bolo de Chocolate  Leite	Laranja	Torta de acelga com tomate Leite com cacau	Banana
Jantar 16:00 às 17:00	Arroz, Feijão, Frango em cubo Salada de brócolis  Abacaxi	Sopa de feijão com carne moída, macarrão, Abóbora e couve  Melância	Arroz, Feijão, Quibe de forno Salada de Repolho  Banana	Macarrão com carne moída  Salada de alface  Maçã	Arroz + Feijão Suíno com batata Salada de Pepino  Mexerica

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)	668	26	17	106	226	4,27	255,46	83,65

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

**CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA**

CARDÁPIO 20 A 24 DE JUNHO DE 2022 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 20/06/2022	Terça-feira 21/06/2022	Quarta-feira 22/06/2022	Quinta-feira 23/06/2022	Sexta-feira 24/06/2022
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Leite materno ou fórmula infantil  Pêra cozida	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil  Laranja	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil  Banana
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Polenta com molho de Suíno  Repolho refogado,  Melancia pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão,  Sobrecoca na cebola caramelizada e Beterraba,  Maçã cozida	Papa de arroz + Lentilha,  Ovo cozido Espinafre refogado e tomate,  Abacaxi pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão  Peixe com Abóbora  Mamão pedaços pequenos	Sopa tipo canja com frango arroz vagem, cenoura ralada e tomate  Laranja
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil  Banana	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil  Goiaba	Leite materno ou fórmula infantil
Jantar 16:00 às 17:00	Papa de arroz, Feijão, Frango em cubo e brócolis  Abacaxi pedaços pequenos	Sopa de feijão com carne, macarrão, Abóbora e couve  Melância pedaços pequenos	Papa de arroz, Feijão, Sobrecoca Acelga Refogada  Banana Amassada	Polenta com carne moída  Maçã cozida	Papa de arroz, Feijão Suíno com batata 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	19	19	71	275	5	330	79

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