

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLAR

CARDÁPIO 25 A 29 DE ABRIL DE 2022 PRÉ-ESCOLA,

FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 1 REFEIÇÃO

Segunda-feira 25/04/2022	Terça-feira 26/04/2022	Quarta-feira 27/04/2022	Quinta-feira 28/04/2022	Sexta-feira 29/04/2022
Pão com Margarina Suco de Laranja integral Maçã	Arroz, Lentilha, Sobrecoxa na cebola caramelizada, Salada de Tomate, Melão	Arroz integral com Salsa, Feijão Carne Cozida ao Molho, Salada de Alface, Abacaxi	Arroz, Feijão, Filé de Frango Grelhado, Farofa de Abobrinha Laranja	Polenta com molho de frango Mamão

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)	298	10	18	44
Fundamental I (6-10 anos)	339	12	22	51
Fundamental II (11-15 anos)	426	16	23	63

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

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 25 A 29 DE ABRIL DE 2022 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 25/04/2022	Terça-feira 26/04/2022	Quarta-feira 27/04/2022	Quinta-feira 28/04/2022	Sexta-feira 29/04/2022
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Ovo mexido Leite com Cacau	Bolo de Laranja Leite	Mingau de Aveia	Torta de cenoura com acelga Suco de Uva int	Aveia dormida (overnight) Aveia, leite, banana, uva passa e maçã
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Macarrão com Carne moída Maçã	Arroz + Lentilha Sobrecoxa na cebola caramelizada Salada de Tomate Melão	Arroz + Feijão Carne cozida com batata salada de alface Abacaxi	Arroz, Feijão, ovo mexido, Farofa de Abobrinha Laranja Lima	Arroz, Feijão, Peixe assado, Salada de Beterraba Banana
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Banana	Melão	Abacaxi	Pêra	Mamão
Jantar 16:00 às 17:00	Arroz, Feijão, Carne carne em pedaços ao molho	Polenta com molho de frango	Arroz, Feijão, ovo cozido Salada de Beterraba	Sopa de feijão com macarrão, couve e abóbora brasileira	Arroz int com cenoura carne moída e espinafre 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)	588	23	16	88	175,88	4,01	178,25	34,64

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

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 25 A 29 DE ABRIL DE 2022 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 25/04/2022	Terça-feira 26/04/2022	Quarta-feira 27/04/2022	Quinta-feira 28/04/2022	Sexta-feira 29/04/2022
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 Maçã	Papa de arroz + Lentilha Sobrecoxa na cebola caramelizada e Tomate Melão	Papa de arroz + Feijão Carne cozida com batata Abacaxi	Papa de arroz, Feijão, ovo mexido, Farofa de Abobrinha Laranja Lima	Papa de arroz, Feijão, Peixe assado e Beterraba 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, Carne carne em pedaços ao molho	Polenta com molho de frango	Papa de arroz, Feijão, ovo cozido e Beterraba	Sopa de feijão com macarrão, couve e abóbora brasileira	Papa de arroz Feijão com cenoura carne moída e espinafre

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)	530	19	19	70	272	5,76	290	56,77

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