



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO E CULTURA

Avenida Prof. Valdério Prisco, 193 - Jardim Itacolomy
sec@ribeiraopires.sp.gov.br | (11) 4828-9600



CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLAR

CARDÁPIO 27 DE FEVEREIRO A 03 DE MARÇO DE 2023 PRÉ-ESCOLA,

FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 27/02/2023	Terça-feira 28/02/2023	Quarta-feira 01/03/2023	Quinta-feira 02/03/2023	Sexta-feira 03/03/2023
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30 Lanche da tarde 15:00 ÀS 15:30	Rosquinha Maçã	Banana	Pêra	Maçã	Biscoito cream cracker Goiaba
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00 Almoço tarde 13:00 ÀS 14:00	Arroz + Feijão, Carne moída com cenoura e espinafre, Salada de tomate Mamão	Arroz + Feijão Preto Carne cozida com mandioquinha Farofa de abobrinha Goiaba	Arroz + Feijão Omelete com cheiro verde e tomate Escarola Refogada Maçã	Arroz + Feijão Sobrecoxa e abóbora assada Chuchu refogado Laranja	Macarrão ao molho de carne moída Salada de Repolho 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.



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO E CULTURA

Avenida Prof. Valdério Prisco, 193 - Jardim Itacolomy
sec@ribeiraopires.sp.gov.br | (11) 4828-9600



Composição Nutricional (média semanal)

Etapa/ Faixa etária	Energia Kcal	Proteína Gramas	Lipídeos Gramas	Carboidratos Gramas
Pré-escola (4-5 anos)	399	10	11	60
Fundamental I (6-10 anos)	502	14	13	89
Fundamental II (11-15 anos)	693	18	19	101

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



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO E CULTURA

Avenida Prof. Valdério Prisco, 193 - Jardim Itacolomy
sec@ribeiraopires.sp.gov.br | (11) 4828-9600



CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 27 de FEVEREIRO A 03 DE MARÇO DE 2023 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 27/02/2023	Terça-feira 28/02/2023	Quarta-feira 01/03/2023	Quinta-feira 02/03/2023	Sexta-feira 03/03/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite com Cacau	Biscoito integral Leite com Cacau	Vitamina de Mamão com banana	Leite com cacau ovo mexido	Leite com cacau Maçã
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Sopa de Feijão com macarrão, cenoura, Mandioquinha, espinafre e tomate Banana	Arroz + Feijão Preto Carne cozida com mandioquinha Farofa de abobrinha Pera	Arroz + Feijão Omelete com cheiro verde e tomate Escarola Refogada Maçã	Arroz + Feijão Preto Sobrecoca e abóbora assada Salada de Chuchu Laranja	Macarrão ao molho de carne moída com manjerição Salada de repolho Ameixa
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Melão	Banana	Pêra	Goiaba	Banana
Jantar 16:00 às 17:00	Arroz + Feijão Carne cozida com inhome Chuchu Refogado Goiaba	Sopa de Feijão com macarrão, couve e abóbora moranga Maçã	Arroz + Feijão Preto Sobrecoca com Vagem Repolho Refogado Banana	Polenta com molho de carne moída Couve Refogada Ameixa	Arroz + Feijão Ovo cozido com tomate e batata Mamão



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO E CULTURA

Avenida Prof. Valdério Prisco, 193 - Jardim Itacolomy
sec@ribeiraopires.sp.gov.br | (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)	697	25	23	99	201,36	3,87	365,21	87

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



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO E CULTURA

Avenida Prof. Valdério Prisco, 193 - Jardim Itacolomy
sec@ribeiraopires.sp.gov.br | (11) 4828-9600



CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 27 de FEVEREIRO A 03 DE MARÇO DE 2023 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 27/02/2023	Terça-feira 28/02/2023	Quarta-feira 01/03/2023	Quinta-feira 02/03/2023	Sexta-feira 03/03/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Melão pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Goiaba pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Sopa com macarrão, tomate, batata e cenoura Banana	Papa de arroz + Feijão Preto + Carne cozida com mandioquinha e abobrinha Pêra pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão Omelete com cheiro verde e tomate e escarola refogada Maçã cozida	Papa de arroz + Feijão Preto Sobrecoxa com abóbora Laranja	Sopa de feijão com macarrão, cenoura, mandioquinha, couve e tomate Ameixa
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Leite materno ou fórmula infantil Mamão	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Pêra cozida	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Banana
Jantar 16:00 às 17:00	Papa de arroz + Feijão Carne cozida com inhame Goiaba pedaços pequenos	Sopa de Feijão com macarrão, couve e abóbora moranga Maçã cozida	Papa de arroz + Feijão Preto, Sobrecoxa com vagem e repolho Banana	Polenta com molho de carne moída chuchu refogado Ameixa	Papa de arroz + ovo cozido com tomate e batata Mamão



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO E CULTURA

Avenida Prof. Valdério Prisco, 193 - Jardim Itacolomy
sec@ribeiraopires.sp.gov.br | (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	Lípídeos Gramas	Carboidratos Gramas	Cálcio Miligramas	Ferro Miligramas	Retinol Microgramas	Vitamina C Miligramas
Berçário I (7-11 meses)	531	18	20	71	278,96	5,74	395,76	81

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