



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 10 À 14 DE ABRIL DE 2023 PRÉ-ESCOLA,

FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 10/04/2023	Terça-feira 11/04/2023	Quarta-feira 12/04/2023	Quinta-feira 13/04/2023	Sexta-feira 14/04/2023
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30 Lanche da tarde 15:00 ÀS 15:30	Bolacha de maisena	Banana	Mexerica	Maçã	Biscoito integral
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00 Almoço tarde 13:00 ÀS 14:00	Macarrão com molho Sobrecoxa assada Salada de Pepino Melão	Arroz + Feijão Carne cozida com tomate Salada de Repolho Laranja	Arroz + Feijão Preto com Filé de frango grelhado salada de acelga Banana	Arroz + Feijão Ovo salada de couve manteiga Laranja	Arroz + Feijão Carne com batata Salada de Pepino Abacaxi

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



Etapa/ Faixa etária	Energia Kcal	Proteína Gramas	Lipídeos Gramas	Carboidratos Gramas
Pré-escola (4-5 anos)	399	16	16	65
Fundamental I (6-10 anos)	504	18	17	86
Fundamental II (11-15 anos)	693	22	21	100

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 10 À 14 DE ABRIL DE 2023 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 10/04/2023	Terça-feira 11/04/2023	Quarta-feira 12/04/2023	Quinta-feira 13/04/2023	Sexta-feira 14/04/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite com cacau	Bolo de maçã Leite com cacau	Biscoito polvilho Leite	Torta de acelga com tomate Leite com cacau	Biscoito integral Leite com cacau
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Macarrão com molho Sobrecoxa assada Salada de Pepino Melão	Arroz + Feijão carne com batata Salada de Repolho Mamão	Arroz + Feijão Preto com Filé de frango grelhado salada de acelga Banana	Arroz + Feijão Ovo com batata salada de couve manteiga Maçã	Arroz + Feijão Carne com Batata Salada de Pepino Laranja
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Abacaxi	Banana	Laranja Lima	Mexerica	Banana
Jantar 16:00 às 17:00	Canja (Arroz, frango, batata e brócolis) Caqui	Polenta com molho de Frango Salada de acelga Uva (partidas ao meio)	Arroz + Feijão carne moída com tomate Brócolis cozido	Sopa de Lentilha com Macarrão, berinjela, couve Banana	Macarrão com carne moída Salada de Chuchu

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	Proteínas Gramas	Lipídeos Gramas	Carboidratos Gramas	Cálcio Miligramas	Ferro Miligramas	Retinol Microgramas	Vitamina C Miligramas
Berçário II e Maternal (1-3 anos)	657	22	21	83	204	3,5	278	53,55

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



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO E CULTURA

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



CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 10 À 14 DE ABRIL DE 2023 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 10/04/2023	Terça-feira 11/04/2023	Quarta-feira 12/04/2023	Quinta-feira 13/04/2023	Sexta-feira 14/04/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Leite materno ou fórmula infantil	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	Sopa de macarrão com frango, cenoura e vagem Pera cozida	Papa de arroz + Feijão carne moída com abobrinha Repolho refogado Banana	Papa de arroz + Feijão Preto com Filé de frango grelhado Banana	Papa de arroz + Feijão Ovo com batata escarola refogada Maçã pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão Carne moída com Abóbora Laranja
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Maçã pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Pêra pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil
Jantar 16:00 às 17:00	Canja (Arroz, frango, abóbora, escarola) Maçã cozida	Polenta com molho de Frango repolho refogado Laranja	Sopa de Ervilha com carne moída, Repolho e cenoura Maçã cozida	Sopa de feijão com macarrão, carne moída, acelga e abóbora Pêra cozida	Sopa de Lentilha com Macarrão, Abóbora, couve Maçã cozida



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	Carboidrato s Gramas	Cálcio Miligramas	Ferro Miligramas	Retinol Microgram as	Vitamina C Miligramas
Berçário I (7-11 meses)	535	18	20	71	266	5,63	388	99

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