



## 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 ESCOLAR

CARDÁPIO 01 À 05 DE MAIO DE 2023 PRÉ-ESCOLA,  
FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 01/05/2023	Terça-feira 02/05/2023	Quarta-feira 03/05/2023	Quinta-feira 04/05/2023	Sexta-feira 05/05/2023
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30  Lanche da tarde  15:00 ÀS 15:30	Feriado	Banana	Goiaba	Banana	Biscoito salgado
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00  Almoço tarde  13:00 ÀS 14:00		Macarronada com frango  Salada de couve  Laranja	Arroz + Feijão preto Carne cozida com Molho  Salada de Brócolis	Arroz + Feijão  Ovo mexido  Salada de Tomate	Arroz + Feijão Frango com Batata  Salada de couve  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)	387	14	9	60
Fundamental I (6-10 anos)	470	17	13	74
Fundamental II (11-15 anos)	607	22	16	98

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 01 A 05 DE MAIO DE 2023 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 01/05/2023	Terça-feira 02/05/2023	Quarta-feira 03/05/2023	Quinta-feira 04/05/2023	Sexta-feira 05/05/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Feriado	Aveioca Leite com cacau	Biscoito de Polvilho Leite com cacau	Torta de repolho com cheiro verde Leite com cacau	Biscoito integral Leite com cacau
Almoço 10:00 ÀS 11:00		Arroz + Feijão Frango com batata Salada de couve Laranja	Arroz + Feijão preto Carne cozida com Molho Salada de Couve Flor	Arroz + Feijão Ovo mexido Salada de Tomate	Arroz + Feijão Frango com molho de berinjela Salada de couve Banana
Lanche da tarde 13:00 às 14:00		Melancia	Bolo de laranja Leite	Abacaxi	Mamão
Jantar 16:00 às 17:00		Polenta com molho de Frango Salada de repolho Pera	Sopa de Ervilha com Carne, Berinjela e Tomate	Sopa de Lentilha com Macarrão Mandioquinha, e, Couve Manga	Arroz + Feijão Omelete com cheiro verde Abobrinha cozida

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)	686	21	23	88	295	3	245	44

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 01 A 05 DE MAIO DE 2023 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 01/05/2023	Terça-feira 02/05/2023	Quarta-feira 03/05/2023	Quinta-feira 04/05/2023	Sexta-feira 05/05/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Feriado	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil  Banana	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil  Mamão
Almoço 10:00 ÀS 11:00		Papa de arroz + Feijão  Frango desfiado com batata  acelga refogada  Maçã cozida	Papa de arroz + Feijão preto  Carne cozida com couve flor	Papa de arroz + Feijão  Ovo cozido cortado pequeno  Tomate pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão  Carne com molho de berinjela  Banana
Lanche da tarde 13:00 às 14:00		Leite materno ou fórmula infantil  Pêra cozida	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil  Laranja	Leite materno ou fórmula infantil
Jantar 16:00 às 17:00		Polenta com molho de Frango  repolho refogado	Sopa de Ervilha com carne Berinjela e Tomate  Maçã cozida	Sopa de Lentilha com Macarrão Mandioquinha, e, Couve  Manga pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão  Omelete com cheiro verde  Brócolis cozido

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



## SECRETARIA DE EDUCAÇÃO E CULTURA

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



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)	502	18	19	71	256	5	358	89

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