



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 DE 27 DE NOVEMBRO À 01 DE DEZEMBRO DE 2023 PRÉ-ESCOLA,
FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 27/11/2023	Terça-feira 28/11/2023	Quarta-feira 29/11/2023	Quinta-feira 30/11/2023	Sexta-feira 01/12/2023
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30 Lanche da tarde 15:00 ÀS 15:30	Biscoito Maisena	Maçã	Banana	Biscoito Maria	Banana
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00 Almoço tarde 13:00 ÀS 14:00	Arroz + Feijão, Carne de Suíno Salada de tomate Manga	Arroz + Feijão Frango com berinjela Farofa de cebola	Arroz + Feijão Ovo mexido Salada de Pepino Melancia	Arroz + Feijão Peixe com molho Salada de Chuchu	Macarrão ao molho Salada de Repolho 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.

Composição Nutricional (média semanal)



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)	406	14	10	62
Fundamental I (6-10 anos)	483	16	11	80
Fundamental II (11-15 anos)	637	22	13	110

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 DE 27 DE NOVEMBRO À 01 DE DEZEMBRO DE 2023 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 27/11/2023	Terça-feira 28/11/2023	Quarta-feira 29/11/2023	Quinta-feira 30/11/2023	Sexta-feira 01/12/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite com Cacau	Bolo de cacau Leite com Cacau	Leite com cacau Torta salgada de repolho com tomate	Mingau de aveia com banana	Aveia dormida com aveia, leite uva passa e maçã
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Arroz + Feijão, Carne de Suíno Salada de tomate Manga	Arroz + Feijão Preto Frango com berinjela Farofa de cebola	Arroz + Feijão Ovo mexido Salada de Pepino Melancia	Arroz + Feijão Peixe com molho Salada de Chuchu	Macarrão ao molho Salada de Repolho Abacaxi
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Abacaxi	Maçã	Mamão	Bolo de Banana	Manga
Jantar 16:00 às 17:00	Arroz + Feijão carne com chuchu e berinjela	Sopa de Feijão com macarrão, Tomate e abobrinha	Polenta com molho de carne moída Salada de Couve	Arroz + Feijão, Frango desfiado com batata	Arroz + Feijão Ovo cozido 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



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 II e Maternal (1-3 anos)	701	21	23	97	281	3,11	209	61

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 DE 27 DE NOVEMBRO À 01 DE DEZEMBRO DE 2023 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 27/11/2023	Terça-feira 28/11/2023	Quarta-feira 29/11/2023	Quinta-feira 30/11/2023	Sexta-feira 01/12/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Leite materno ou fórmula infantil Mamão	Leite materno ou fórmula infantil Maçã cozida	Leite materno ou fórmula infantil Mamão	Leite materno ou fórmula infantil Manga pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil Banana
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Papa de arroz + Feijão, Carne de Suíno com berinjela Manga em pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão Frango com berinjela	Papa de arroz + Feijão Ovo mexido Melancia em pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão Peixe com molho Chuchu cozido	Sopa de macarrão com repolho tomate e chuchu Abacaxi em pedaços pequenos
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 Mamão	Leite materno ou fórmula infantil
Jantar 16:00 às 17:00	Papa de arroz + Feijão com carne chuchu e berinjela	Sopa de Feijão com macarrão, Tomate e abobrinha	Polenta com molho de carne moída Banana	Papa de arroz + Feijão com Frango desfiado com batata	Papa de arroz + Feijão Ovo cozido com batata e tomate



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 I (7-11 meses)	501	18	17	71	261	5,99	316	72

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