



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 11 A 15 DE DEZEMBRO DE 2023 PRÉ-ESCOLA,

FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 11/12/2023	Terça-feira 12/12/2023	Quarta-feira 13/12/2023	Quinta-feira 14/12/2023	Sexta-feira 15/12/2023
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30 Lanche da tarde 15:00 ÀS 15:30	Biscoito Maria	Pera	Mexerica	Banana	Bolacha Cream Cracker
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00 Almoço tarde 13:00 ÀS 14:00	Arroz + Feijão, Carne com mandioquinha Salada de tomate Melão	Arroz + Feijão Frango com abobrinha Farofa de jiló Salada de Alface	Arroz + Feijão Ovo mexido Salada de Pepino Melancia	Arroz + Feijão Frango com molho Salada de Chuchu	Macarrão ao molho Salada de Acelga 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



Composição Nutricional (média semanal)

Etapa/ Faixa etária	Energia Kcal	Proteína Gramas	Lipídeos Gramas	Carboidratos Gramas
Pré-escola (4-5 anos)	409	13	13	63
Fundamental I (6-10 anos)	497	16	15	77
Fundamental II (11-15 anos)	648	21	18	102

Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar

ELABORADO POR SILVANA MIEZA CRN 49.279 3° REGIÃO

Silvana Mieza
SILVANA MIEZA
CHEFE DE UNIDADE DE NUTRIÇÃO ALIMENTAR
CRN-3 49279



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 11 A 15 DE DEZEMBRO DE 2023 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 11/12/2023	Terça-feira 12/12/2023	Quarta-feira 13/12/2023	Quinta-feira 14/12/2023	Sexta-feira 15/12/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Biscoito Polvilho Leite com Cacau	Aveioca Leite com Cacau	Banana Leite com cacau	Leite com cacau Biscoito de Polvilho	Leite com cacau Torta de repolho com tomate
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Arroz + Feijão, Carne com mandioquinha Salada de tomate Melão	Arroz + Feijão Preto Frango com abobrinha Farofa de cebola Salada de alface	Arroz + Feijão Ovo mexido Salada de Pepino Melancia	Arroz + Feijão Frango com molho Salada de Chuchu	Macarrão ao molho Salada de Acelga Abacaxi
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Melancia	Pêra	Mamão	Bolo de cacau Leite	Melancia
Jantar 16:00 às 17:00	Arroz + Feijão Carne com chuchu Salada de Beterraba	Polenta com molho de carne moída Salada de Rúcula	Sopa de Ervilha com macarrão, tomate e berinjela	Canja (arroz, batata, cenoura e frango) Manga	Arroz + Feijão Ovo cozido Abobrinha refogada Salada de Alface

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	Proteínas Gramas	Lípidos Gramas	Carboidratos Gramas	Cálcio Miligramas	Ferro Miligramas	Retinol Microgramas	Vitamina C Miligramas
Berçário II e Maternal (1-3 anos)	699	24	23	98	223,21	3,11	365,2	61

Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar.

ELABORADO POR SILVANA MIEZA CRN 49.279 3° REGIÃO

Silvana Mieza
SILVANA MIEZA
CHEFE DE UNIDADE DE SEGURANÇA ALIMENTAR
CRN-3 49279



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 11 A 15 DE DEZEMBRO DE 2023 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 11/12/2023	Terça-feira 12/12/2023	Quarta-feira 13/12/2023	Quinta-feira 14/12/2023	Sexta-feira 15/12/2023
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 Manga pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Papa de arroz + Feijão, Carne com mandioquinha tomate Banana	Papa de arroz + Feijão Preto Frango com abobrinha	Papa de arroz + Feijão Ovo mexido Laranja Lima	Papa de arroz + Feijão Frango com molho Chuchu cozido	Sopa de Macarrão com Repolho batata e tomate Abacaxi pedaços pequenos
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Leite materno ou fórmula infantil Mamão	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Banana	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Mamão
Jantar 16:00 às 17:00	Papa de arroz + Feijão Carne com chuchu Beterraba cozida	Sopa de Ervilha com macarrão, Tomate e berinjela Pera cozida	Polenta com molho de carne moída	Canja (arroz, batata, cenoura e frango) Manga	Papa de arroz + Feijão Ovo cozido Abobrinha refogada

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	Lípidos Gramas	Carboidratos Gramas	Cálcio Miligramas	Ferro Miligramas	Retinol Microgramas	Vitamina C Miligramas
Berçário I (7-11 meses)	501	18	17	71	261	5,99	386	72

Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar.

ELABORADO POR SILVANA MIEZA CRN 49.279 3° REGIÃO

Silvana Mieza
SILVANA MIEZA
CHEFE DE UNIDADE DE ORIENTAÇÃO ALIMENTAR
CRN-3 49279