



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 25 À 29 DE MARÇO DE 2024 PRÉ-ESCOLA,
FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 25/03/2024	Terça-feira 26/03/2024	Quarta-feira 27/03/2024	Quinta-feira 28/03/2024	Sexta-feira 29/03/2024
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30 Lanche da tarde 15:00 ÀS 15:30	Biscoito Maisena Leite	Banana	Goiaba	Banana	FERIADO
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00 Almoço tarde 13:00 ÀS 14:00	Arroz + Feijão, Suíno na pressão com cenoura e espinafre, Tabule Mamão	Arroz + Feijão Filé de frango grelhado Salada de alface Goiaba	Arroz + Feijão Ovo com batata e cheiro verde Salada de Escarola Maçã	Macarronada com Frango em cubo ao molho Salada Chuchu com cebola Laranja	

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)	389	11	11	62
Fundamental I (6-10 anos)	489	12	14	71
Fundamental II (11-15 anos)	684	17	21	111

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



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO E CULTURA

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



A PÁSCOA ESTÁ CHEGANDO

Para cristãos ou não, se tornou um traço cultural em nosso país. Em especial, para crianças e adolescentes, é inquestionável o apelo aos presentes de chocolate.

A EMPATIA E CARIDADE DE EMPRESAS, COMUNIDADE ESCOLAR E PÚBLICO EM GERAL, TENDO EM VISTA PROPORCIONAR À ALUNOS QUE NÃO TÊM EM CASA A EXPERIÊNCIA DO PRESENTE DE PÁSCOA, SE DISPÕEM A OFERTAR DOCES A ESSES ALUNOS.

Ref.: @leomir_arujo

CONTUDO, NÃO PODEMOS IGNORAR QUE CULTURA, CARIDADE E BOA VONTADE,

PRECISAM SE ENQUADRAR NA LEI

referências normativas sobre a oferta de doces e chocolates dentro da escola pública

LEI Nº 11.947/2009 (LEI DO PNAE):

Art. 1 Para os efeitos desta Lei, entende-se por alimentação escolar todo alimento oferecido no ambiente escolar, independentemente de sua origem, durante o período letivo.

Ou seja, não importa se é doação de empresa privada, recurso próprio, ou da assistência social... se é ofertado dentro da escola aos alunos, é considerado alimentação escolar.

RESOLUÇÃO Nº 06/2020 DO PNAE

Art. 22 É proibida a utilização de recursos (seja eles quais forem) no âmbito do PNAE para aquisição dos seguintes alimentos e bebidas ultraprocessados: refrigerantes e refrescos artificiais, bebidas ou concentrados à base de xarope de guaraná ou groselha, chás prontos para consumo e outras bebidas similares, cereais com aditivo ou adoçado, bala e similares, confeito, bombom, chocolate em barra e granulado...



CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLAR

Taciane Herculano CRN3: 10057



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 25 À 29 DE MARÇO DE 2024 JARDIM INTEGRAL E

MATERNAL INTEGRAL (3 e 4 anos) 3 REFEIÇÕES - Consistência sólida

Refeição	Segunda-feira 25/03/2024	Terça-feira 26/03/2024	Quarta-feira 27/03/2024	Quinta-feira 28/03/2024	Sexta-feira 29/03/2024
Lanche Manhã 08:00 ÀS 09:00	Biscoito tipo Rosquinha Leite	Vitamina de abacate e Biscoito cream cracker	Bolinho e Leite	Torta de escarola com tomate e leite com cacau	FERIADO
Almoço 11:00 ÀS 12:00	Arroz + Feijão, Suíno na pressão com cenoura e espinafre, Tabule Mamão	Arroz + Feijão Filé de frango grelhado Salada de alface Goiaba	Arroz + Feijão Ovo com batata e cheiro verde Salada de Escarola Maçã	Macarronada com Frango em cubo ao molho Salada Chuchu com cebola Laranja	
Lanche da tarde 15:00 às 16:00	Aveioca Leite com cacau	Mingau de aveia	Vitamina de abacate e biscoito cream cracker	Bolinho Leite	

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
Jardim e Maternal (3 e 4 anos)	878	24	26	131

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 25 À 29 DE MARÇO DE 2024 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 25/03/2024	Terça-feira 26/03/2024	Quarta-feira 27/03/2024	Quinta-feira 28/03/2024	Sexta-feira 29/03/2024
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite com Cacau	ovo mexido Leite com Cacau	Torta de repolho com tomate Leite com cacau	Bolo de cenoura com cobertura de cacau leite	FERIADO
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Arroz + Feijão, Suíno na pressão com cenoura e espinafre, Tabule Mamão	Arroz + Feijão Filé de frango grelhado Salada de alface Goiaba	Arroz + Feijão Ovo com batata e cheiro verde Salada de Escarola Maçã	Macarronada com Frango em cubo ao molho Salada Chuchu com cebola Laranja	
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Banana	Mamão	Abacaxi	Maçã	
Jantar 16:00 às 17:00	Arroz + Feijão frango com inhame Abobrinha Refogada	Sopa de Grão de bico com carne em cubo com abóbora moranga e couve	Arroz + Feijão Frango com Abobrinha Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Ovo cozido com batata Salada de 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 II e Maternal (1-3 anos)	699	18	20	99	330	3,87	289	87

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

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



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 25 À 29 DE MARÇO DE 2024 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 25/03/2024	Terça-feira 26/03/2024	Quarta-feira 27/03/2024	Quinta-feira 28/03/2024	Sexta-feira 29/03/2024
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Maçã pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Banana	FERIADO
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Papa de arroz + Feijão, Suíno na pressão com cenoura e espinafre e tomate Mamão	Papa de arroz + Feijão Filé de frango desfiado Goiaba pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão Ovo com batata e cheiro verde Escarola refogada Maçã cozida	Papa de arroz + Feijão Frango em cubo com mandioquinha Chuchu refogado Laranja	
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Leite materno ou fórmula infantil Banana	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Goiaba pequenos pedaços	Leite materno ou fórmula infantil	
Jantar 16:00 às 17:00	Papa de arroz + Feijão Frango com inhame Chuchu Refogado	Sopa de Grão de bico com carne em cubo com abóbora moranga e couve	Papa de arroz + Feijão Frango com Vagem	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	Lípídeos Gramas	Carboidratos Gramas	Cálcio Miligramas	Ferro Miligramas	Retinol Microgramas	Vitamina C Miligramas
Berçário I (7-11 meses)	478	15	20	71	223	5,02	345,71	79

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



TABULE

Ingredientes

- 1 xícara (chá) de trigo para kibe
- 4 tomates maduros picados
- 1 cebola picada
- 2 maços de salsinha picada
- 3 colheres (sopa) de óleo
- 2 limões espremidos
- 2 colheres (chá) de sal

Modo de Preparo

Numa tigela média, coloque o trigo, cubra com água e deixe hidratar por 1 hora. Passado o tempo, escorra a água do trigo. Numa tigela coloque a cebola, o tomate e a salsinha. Tempere com o caldo de limão, o óleo, sal a gosto e misture bem. Por último, acrescente o trigo hidratado e misture delicadamente com uma colher e sirva.

Rendimento: 12 porções