

Cardápio de 30/06 á 04/07 de 2025 BERÇÁRIO I (7 Á 11 MESES)

3 REFEIÇÕES (CONSISTÊNCIA MACIA/ AMASSADA)

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 30/06/2025	3ª FEIRA 01/07/2025	4ª FEIRA 02/07/2025	5ª FEIRA 03/07/2025	6ª FEIRA 04/07/2025
LANCHE DA MANHÃ 7:00 Ás 08:00	Fórmula infantil ou leite materno	Fórmula infantil ou leite materno Pêra cozida	Fórmula infantil ou leite materno	Fórmula infantil ou leite materno Manga em pedacinhos pequenos	Fórmula infantil ou leite materno
ALMOÇO 10:00 ÁS 11:00	Papa de arroz + feijão Frango desfiado com tomate e espinafre Mamão em pedaços pequenos ou raspado	Papa de arroz + feijão Carne bovina com berinjela,tomate e cebola Abobrinha refogada Banana picada ou amassada com garfo	Papa de arroz + feijão Omelete com tomate/salsa e cenoura ralada Salada de beterraba cozida em pedacinhos pequenos Melancia em pedacinhos	Papa de arroz + feijão Carne moída com batata/mandioq uinha e chuchu Salada de tomate em pedacinhos Melão picado	Papa de arroz + feijão Frango em pedacinhos pequenos com abóbora Acelga refogada Maçã cozida
LANCHE DA TARDE 13:00 ÁS 14:00	Fórmula infantil ou leite materno Melancia em pedaços pequenos	Fórmula infantil ou leite materno	Fórmula infantil ou leite materno Banana picada ou amassada com garfo	Fórmula infantil ou leite materno	Fórmula infantil ou leite materno Goiaba em pedaços pequenos
JANTAR 16:00 ÁS 17:00	Papa de arroz + feijão Suíno na pressão Beterraba cozida	Sopa de feijão com legumes (cenoura/ batata/ couve) e macarrão	Papa de arroz + feijão Carne bovina com chuchu Salada de cenoura	Papa de arroz + feijão Ovo cozido com batata Brócolis	Polenta ao molho com carne moída Acelga refogada 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 alteram significativamente a composição geral e nutricional da refeição.

Composição Nutricional (média semanal)

Etapa/ faixa etária	Energia Kcal	Proteínas Gramas	Lipídios Gramas	Carboidratos Gramas	Cálcio Miligrama	Ferro Miligrama	Retinol Miligrama	Vitamina C Miligrama
Berçário I (7 À 11 meses)	549,82	20	14	80	284,69	57,18	330,51	65,33

Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar. Elaborado por Aline M.A.Toguchi CRN 35557 3ª Região

Aline M. Alberto Toguchi
Nutricionista
CRN: 35557



Cardápio de 30 de junho á 04 de julho de 2025- BERÇÁRIO II E MATERNAL (1 Á 3 ANOS)

3 REFEIÇÕES - CONSISTÊNCIA SÓLIDA

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 30/06/2025	3ª FEIRA 01/07/2025	4ª FEIRA 02/07/2025	5ª FEIRA 03/07/2025	6ª FEIRA 04/07/2025
LANCHE DA MANHÃ 07:00 ÁS 08:00	Mingau de aveia com cacau e uva passa	Bolo de banana caseiro Leite com cacau	Vitamina banana com abacate Biscoito de polvilho	Bolo de laranja caseiro Leite	Torta de legumes(escar ola/tomate e cenoura) Leite com cacau
ALMOÇO 10:00 ÁS 11:00	Arroz e feijão Frango com abobrinha e tomate Salada de alface Mexerica	Arroz e feijão Bovino com batata doce Acelga refogada Caqui	Arroz e feijão Omelete com espinafre Salada cenoura e chuchu e salsa cozidos Manga	Arroz e feijão Peixe com cebola e tomate Abobrinha refogada Melão	Arroz e feijão Frango com abóbora Salada de escarola Maçã
LANCHE DA TARDE 13:00 ÁS 14:00	Mingau de aveia	Goiaba	Pãozinho Leite Mexerica	Laranja	Vitamina de Goiaba
JANTAR 16:00 ÁS 17:00	Arroz e feijão Suíno na pressão Salada de beterraba cozida	Sopa de feijão com legumes (cenoura/ batata e couve), macarrão e frango	Arroz e feijão Carne bovina com chuchu salada de cenoura	Arroz e feijão Ovos cozidos com batata Brócolis	Polenta ao molho com carne moída Salada de acelga Mexerica

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 alteram significativamente a composição geral e nutricional da refeição.

Composição Nutricional (média semanal)

Etapa/ faixa etária	Energia Kcal	Proteínas Gramas	Lipídios Gramas	Carboidratos Gramas	Cálcio Miligrama	Ferro Miligrama	Retinol Miligrama	Vitamina C Miligrama
Berçário I (1 a 3 anos)	692,50	28	16	119	322,03	56,20	342,35	82,39

Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar. Elaborado por Aline M.A.Toguchi CRN 35557 3ª Região

Aline M. Alberto Toguchi
Nutricionista
CRN: 35557



Cardápio de 30/06/2025 Á 04/07/2025- JARDIM INTEGRAL E MATERNAL INTEGRAL

(4 E 5 ANOS) - 3 REFEIÇÕES - CONSISTÊNCIA SÓLIDA

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 30/06/2025	3ª FEIRA 01/07/2025	4ª FEIRA 02/07/2025	5ª FEIRA 03/07/2025	6ª FEIRA 04/07/2025
LANCHE DA MANHÃ 08:00 ÁS 09:00	Biscoito cream cracker Leite Pêra	Vitamina de mamão e banana	Biscoito polvilho Leite Maçã	Mingau de aveia com cacau e uva passa	Torta de legumes(escar ola e cenoura) Leite com cacau
ALMOÇO 11:00 ÁS 12:00	Arroz e feijão Frango com abobrinha e tomate Salada de beterraba Melancia	Arroz e feijão Carne bovina com batata doce Acelga refogada Salada de alface com tomate Goiaba	Arroz e feijão Omelete com espinafre Salada de cenoura com chuchu Manga	Arroz e feijão Peixe com cebola e tomate Salada batata com salsa Abobrinha refogada Banana	Polenta ao molho de carne moída escarola refogada Mexerica
LANCHE DA TARDE 15:00 ÁS 16:00	Pão de queijo Leite	Bolo de banana com aveia Leite com cacau	Pãozinho Leite com cacau	Bolo de laranja caseiro Vitamina de banana e maçã	Vitamina de Goiaba

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 alteram significativamente a composição geral e nutricional da refeição.

Composição Nutricional (média semanal)

Etapa/ faixa etária	Energia Kcal	Proteínas Gramas	Lipídios Gramas	Carboidratos Gramas
Jardim e maternal integral (4 e 5 anos)	824,16	31	28	130

Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar. Elaborado por Aline M.A. Toguchi CRN 35557 3ª Região

Aline M. Alberto Toguchi
Nutricionista
CRN: 35557



Cardápio de 30/06 à 04/07/2025

PRÉ - ESCOLA / FUNDAMENTAL I e II - 2 REFEIÇÕES (CONSISTÊNCIA SÓLIDA)

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 30/06/2025	3ª FEIRA 01/07/2025	4ª FEIRA 02/07/2025	5ª FEIRA 03/07/2025	6ª FEIRA 04/07/2025
LANCHE DA MANHÃ 09:00 ÀS 09:30 LANCHE DA TARDE 15:00 ÀS 15:30	Biscoito cream cracker Leite	Vitamina de mamão e banana	Pãozinho Leite	Banana	Maçã
ALMOÇO (MANHÃ) 11:00 ÀS 12:00 ALMOÇO (TARDE) 13:00 ÀS 14:00	Arroz e feijão Frango com abobrinha e tomate Salada de beterraba Melancia	Arroz e feijão Carne bovina com batata doce Acelga refogada Caqui	Arroz e feijão Omelete com espinafre Salada de cenoura e chuchu cozidos Manga	Arroz e feijão Peixe com tomate e cebola Salada de batata com salsa Abobrinha refogada Laranja	Polenta ao molho de carne moída Acelga refogada Goiaba

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 alteram significativamente a composição geral e nutricional da refeição.

Composição Nutricional (média semanal)

Etapa/ Faixa etária	Energia Kcal	Proteína grama	Lípídeo grama	Carboidrato grama
Pré - escola (4-5 anos)	824,16	31	28	130
Fundamental I (6 -10 anos)	488,18	19	11	90
Fundamental II (11-15 anos)	665,12	26	12	130

Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar.Elaborado por Aline M.A.Toguchi CRN 35557 3ª Região

Aline M. Alberto Toguchi
Nutricionista
CRN: 35557





SECRETARIA DE EDUCAÇÃO

Av. Pref. Valdirio Prisco, 193 – Jardim Itacolomy
E-mail: sec@ribeiraopires.sp.gov.br | Tel: 4828-9600