



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 26 DE 30 DE JUNHO DE 2023 PRÉ-ESCOLA,
FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 26/06/2023	Terça-feira 27/06/2023	Quarta-feira 28/06/2023	Quinta-feira 29/06/2023	Sexta-feira 30/06/2023
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30 Lanche da tarde 15:00 ÀS 15:30	Bolacha de maria	Banana	Mexerica	Banana	Biscoito integral
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00 Almoço tarde 13:00 ÀS 14:00	Arroz + Feijão Frango com espinafre e tomate Abacaxi	Arroz + Feijão Preto Carne com cenoura Farofa de couve manteiga	Arroz + Feijão Omelete com cebolinha Salada de Acelga	Arroz + Feijão Preto Frango com tomate Berinjela refogada	Arroz + Feijão Carne com Batata Salada de Pepino Manga

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)	399	14	14	69
Fundamental I (6-10 anos)	493	16	15	80
Fundamental II (11-15 anos)	638	19	18	101

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 26 DE 30 DE JUNHO DE 2023 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 26/06/2023	Terça-feira 27/06/2023	Quarta-feira 28/06/2023	Quinta-feira 29/06/2023	Sexta-feira 30/06/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Batata Doce com canela Leite com Cacau	Biscoito integral Leite com Cacau	Bolo de milho Leite	Leite com cacau Torta de acelga com cenoura	Biscoito de polvilho Leite com cacau
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Arroz + Feijão Frango com espinafre e tomate Abacaxi	Arroz + Feijão Preto Quibe de forno Salada de cenoura	Arroz + Feijão Omelete com cebolinha Salada de Acelga	Arroz + Feijão Preto Frango com tomate Berinjela refogada	Arroz + Feijão Carne com batata Salada de Pepino Manga
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Laranja Lima	Melão	Mexerica	Laranja Lima	Milho cozido
Jantar 16:00 às 17:00	Arroz + Feijão Carne com abóbora Salada de Pepino	Sopa de Feijão com macarrão, espinafre e abobrinha Banana	Arroz + Feijão Preto Frango cozido Repolho Refogado	Polenta com molho de carne Banana	Arroz + Feijão Frango cozido Acelga 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



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)	679	18	19	99	22	3,87	365,21	87

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 26 DE 30 DE JUNHO DE 2023 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 26/06/2023	Terça-feira 27/06/2023	Quarta-feira 28/06/2023	Quinta-feira 29/06/2023	Sexta-feira 30/06/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Manga pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Maçã cozida	Leite materno ou fórmula infantil
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Papa de arroz + Feijão + Frango com espinafre e tomate Banana	Papa de arroz + Feijão Preto + Carne moída refogada Maçã cozida	Papa de arroz + Feijão Omelete com cebolinha e tomate repolho refogada	Papa de arroz + Feijão Preto Frango desfiado com tomate Banana	Sopa de feijão com macarrão, brócolis, couve e tomate Melão 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 Melão pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil maçã pedaços pequenos
Jantar 16:00 às 17:00	Papa de arroz + Feijão Carne com Abóbora	Sopa de Feijão com macarrão, couve e tomate	Papa de arroz + Feijão preto, Frango com repolho Banana	Polenta com molho de Frango brócolis cozido	Papa de arroz + ovo cozido com tomate e batata Mexerica



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO E CULTURA

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



	Melão pedaços pequenos				
--	------------------------	--	--	--	--

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	16	16	69	278	5,6	349	81

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