



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 24 A 28 DE JULHO DE 2023 PRÉ-ESCOLA,
FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 24/07/2023	Terça-feira 25/07/2023	Quarta-feira 26/07/2023	Quinta-feira 27/07/2023	Sexta-feira 28/07/2023
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30 Lanche da tarde 15:00 ÀS 15:30	Biscoito Integral	Mexerica	Maçã	Banana	Biscoito cream cracker
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00 Almoço tarde 13:00 ÀS 14:00	Arroz + Feijão, Carne com berinjela Salada de tomate Banana	Arroz + Feijão Preto Frango com batata Farofa de cenoura	Arroz + Feijão Ovo mexido Salada de Pepino Laranja	Arroz + Feijão Frango desfiado 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.

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 3º 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 24 A 28 DE JULHO DE 2023 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 24/07/2023	Terça-feira 25/07/2023	Quarta-feira 26/07/2023	Quinta-feira 27/07/2023	Sexta-feira 28/07/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Biscoito integral Leite com Cacau	Aveioca Leite com Cacau	Pão Salgado 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 berinjela Salada de tomate Banana	Arroz + Feijão Preto Frango com batata Farofa de cenoura	Arroz + Feijão Ovo mexido Salada de Pepino Laranja Lima	Arroz + Feijão Frango desfiado com molho Salada de Chuchu	Macarrão ao molho Salada de Acelga Abacaxi
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Mexerica	Torta de acelga com brócolis Leite	Mamão	Bolo de cacau Leite	Manga
Jantar 16:00 às 17:00	Sopa de grão de bico com carne, batata e tomate	Sopa de Feijão com macarrão, Tomate e berinjela Maçã	Polenta com molho de carne moída Salada de Couve	Sopa de Lentilha com macarrão, batata e frango Banana	Arroz + Feijão Ovo cozido 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)

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	24	23	98	223,21	3,11	365,2	61

Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar.

ELABORADO POR SILVANA MIEZA CRN 49.279 3º 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 24 A 28 DE JULHO DE 2023 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 24/07/2023	Terça-feira 25/07/2023	Quarta-feira 26/07/2023	Quinta-feira 27/07/2023	Sexta-feira 28/07/2023
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 berinjela tomate Banana	Papa de arroz + Feijão Preto Frango com batata	Papa de arroz + Feijão Ovo mexido Laranja Lima	Papa de arroz + Feijão Frango desfiado 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 Mamão	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Banana
Jantar 16:00 às 17:00	Sopa de grão de bico com carne batata tomate	Sopa de Feijão com macarrão, Tomate e brócolis Manga pedaços pequenos	Polenta com molho de carne moída	Sopa de Lentilha com macarrão, batata e frango Mamão	Papa de arroz + Feijão Ovo cozido com batata e 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 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	Carboidrato s Gramas	Cálcio Miligramas	Ferro Miligramas	Retinol Microgram as	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 3º REGIÃO