



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 07 À 11 DE AGOSTO DE 2023 PRÉ-ESCOLA,
FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 07/08/2023	Terça-feira 08/08/2023	Quarta-feira 09/08/2023	Quinta-feira 10/08/2023	Sexta-feira 11/08/2023
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30 Lanche da tarde 15:00 ÀS 15:30	Bolacha	Mexerica	Banana	Pão de queijo	Maçã
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00 Almoço tarde 13:00 ÀS 14:00	Macarrão com molho Frango Salada de Pepino Melão	Arroz + Feijão Frango com brócolis Salada de Repolho	Arroz + Feijão Preto Pernil na Pressão salada de acelga Mamão	Arroz + Feijão Peixe assado com batata salada de couve manteiga Abacaxi	Arroz + Feijão Ovo mexido Farofa de cebola Salada de Pepino

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



Etapa/ Faixa etária	Energia Kcal	Proteína Gramas	Lipídeos Gramas	Carboidratos Gramas
Pré-escola (4-5 anos)	399	16	16	65
Fundamental I (6-10 anos)	504	18	17	86
Fundamental II (11-15 anos)	693	22	21	100

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 07 À 11 DE AGOSTO DE 2023 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 07/08/2023	Terça-feira 08/08/2023	Quarta-feira 09/08/2023	Quinta-feira 10/08/2023	Sexta-feira 11/08/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite com cacau	Biscoito de polvilho Leite com cacau	Bolo de milho Leite	Aveia dormida (Aveia, leite, uva passa, banana)	Biscoito integral Leite com cacau
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Macarrão com molho Frango Salada de Pepino Melão	Arroz + Feijão Frango com brócolis Salada de Repolho	Arroz + Feijão Preto Pernil na Pressão salada de acelga Mamão	Arroz + Feijão Peixe assado com batata salada de couve manteiga Abacaxi	Arroz + Feijão Ovo mexido Farofa de cebola Salada de Pepino
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Abacaxi	Banana	Laranja Lima	Manga	Mamão
Jantar 16:00 às 17:00	Canja (Arroz, frango, batata e couve)	Polenta com molho de Frango Salada de couve	Sopa de Feijão com carne, Couve flor e tomate	Sopa de Lentilha com Carne, Macarrão, berinjela, couve	Macarrão com Molho Salada de Chuchu

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	Lipídeos Gramas	Carboidratos Gramas	Cálcio Miligramas	Ferro Miligramas	Retinol Microgramas	Vitamina C Miligramas
Berçário II e Maternal (1-3 anos)	657	22	21	83	204	3,5	278	53,55

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 07 À 11 DE AGOSTO DE 2023 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 07/08/2023	Terça-feira 08/08/2023	Quarta-feira 09/08/2023	Quinta-feira 10/08/2023	Sexta-feira 11/08/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Leite materno ou fórmula infantil Abacaxi pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil Banana	Leite materno ou fórmula infantil Laranja Lima	Leite materno ou fórmula infantil Manga pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil Mamão
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Polenta com molho de frango Melão em pedaço pequenos	Papa de arroz + Feijão Frango com brócolis Repolho refogado Laranja	Papa de arroz + Feijão Preto Pernil na Pressão acelga refogada Mamão	Papa de arroz + Feijão Peixe assado com batata Abacaxi pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão Ovo mexido Chuchu cozido Laranja
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Manga pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Banana	Leite materno ou fórmula infantil
Jantar 16:00 às 17:00	Canja (Arroz, frango, batata e couve)	Polenta com molho de Frango	Sopa de Feijão com carne, Couve flor e tomate	Sopa de Lentilha com Carne, Macarrão, berinjela, couve	Sopa de Feijão com Macarrão, batata e couve



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 I (7-11 meses)	535	18	20	71	266	5,63	388	99

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