



## 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 28 DE AGOSTO A 01 DE SETEMBRO DE 2023 PRÉ-ESCOLA,  
FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 28/08/2023	Terça-feira 29/08/2023	Quarta-feira 30/08/2023	Quinta-feira 31/08/2023	Sexta-feira 01/09/2023
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30  Lanche da tarde  15:00 ÀS 15:30	Biscoito Integral	Banana	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    Manga	Arroz + Feijão Preto  Frango com batata  Farofa de Abobrinha	Arroz + Feijão  Ovo mexido  Salada de Pepino  Melancia	Arroz + Feijão  Frango desfiado com molho  Salada de Chuchu	Macarrão ao molho  Salada de Repolho  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.



## 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)	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 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 28 DE AGOSTO A 01 DE SETEMBRO DE 2023 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 28/08/2023	Terça-feira 29/08/2023	Quarta-feira 30/08/2023	Quinta-feira 31/08/2023	Sexta-feira 01/09/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite com Cacau	Biscoito integral 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  Manga	Arroz + Feijão Preto Frango com batata Farofa de Abobrinha	Arroz + Feijão Ovo mexido Salada de Pepino Melancia	Arroz + Feijão Frango desfiado com quiabo Salada de Chuchu	Macarrão ao molho Salada de Acelga Abacaxi
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Abacaxi	Torta de acelga com brócolis Leite	Mamão	Bolo de cacau Leite	Manga
Jantar 16:00 às 17:00	Arroz + Feijão com carne batata e abobrinha	Sopa de Feijão com macarrão, abóbora e brócolis Banana	Polenta com molho de carne moída Salada de Couve	Canja com Arroz, batata, cenoura e frango Maçã	Arroz + Feijão Ovo cozido 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	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 28 DE AGOSTO A 01 DE SETEMBRO DE 2023 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 28/08/2023	Terça-feira 29/08/2023	Quarta-feira 30/08/2023	Quinta-feira 31/08/2023	Sexta-feira 01/09/2023
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  Manga pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão Preto  Frango com batata	Papa de arroz + Feijão  Ovo mexido  Melancia pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão  Frango desfiado com quiabo  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	Papa de arroz + Feijão com carne batata e abobrinha	Sopa de Feijão com macarrão, abóbora e brócolis  Banana	Polenta com molho de carne moída	Canja com Arroz, batata, cenoura e frango  Mamão	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	Lipídeos Gramas	Carboidratos Gramas	Cálcio Miligramas	Ferro Miligramas	Retinol Microgramas	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 3° REGIÃO