



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 31 DE JULHO À 04 DE AGOSTO DE 2023 PRÉ-ESCOLA,
FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 31/07/2023	Terça-feira 01/08/2023	Quarta-feira 02/08/2023	Quinta-feira 03/08/2023	Sexta-feira 04/08/2023
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30 Lanche da tarde 15:00 ÀS 15:30	Biscoito cream cracker	Mexerica	Maçã	Banana	Biscoito Maria
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00 Almoço tarde 13:00 ÀS 14:00	Risoto de Frango com couve Mamão	Arroz + Feijão Carne com brócolis Salada de Tomate	Arroz + Feijão Preto Frango desfiado com molho Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Ovo Mexido Salada de escarola	Arroz + Feijão Frango com Batata Salada de alface 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



Etapa/ Faixa etária	Energia Kcal	Proteína Gramas	Lipídeos Gramas	Carboidratos Gramas
Pré-escola (4-5 anos)	416	16	11	65
Fundamental I (6-10 anos)	474	18	14	72
Fundamental II (11-15 anos)	684	25	20	105

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 31 DE JULHO À 04 DE AGOSTO DE 2023 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 31/07/2023	Terça-feira 01/08/2023	Quarta-feira 02/08/2023	Quinta-feira 03/08/2023	Sexta-feira 04/08/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite com cacau	Bolo de cacau Leite	Torta de Acelga com cenoura Leite	Biscoito de polvilho Leite com cacau	Biscoito integral Leite com cacau
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Macarrão com Frango Salada de Couve Mamão	Arroz + Feijão Carne com batata Salada de Tomate	Arroz + Feijão Preto Frango desfiado com molho Salada de Beterraba Mamão	Arroz + Feijão Ovo Mexido Salada de escarola	Arroz + Feijão Frango com Batata Salada de repolho Mamão
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Laranja Lima	Abacaxi	Melão	Vitamina de banana com cacau	Mexerica
Jantar 16:00 às 17:00	Canja (Frango, arroz, batata e espinafre)	Polenta com molho de Frango Salada de Pepino Mexerica	Arroz + Feijão Ovo mexido com espinafre Salada de Alface	Macarrão com Frango Acelga Refogada Maçã	Sopa de Lentilha com Macarrão, inhame e couve

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)	681	29	22	96	324	4,39	331	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 31 DE JULHO À 04 DE AGOSTO DE 2023 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 31/07/2023	Terça-feira 01/08/2023	Quarta-feira 02/08/2023	Quinta-feira 03/08/2023	Sexta-feira 04/08/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Leite materno ou fórmula infantil Banana	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Laranja lima	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Mamão
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Sopa de macarrão com Frango, repolho e tomate Abacaxi pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão Carne com brócolis Acelga refogada	Papa de arroz + Feijão Preto Frango desfiado com molho Beterraba cozida Mamão	Papa de arroz + Feijão Ovo Mexido com escarola	Papa de arroz + Feijão Frango desfiado com batata Pêra cozida
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Maçã cozida	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Mamão	Leite materno ou fórmula infantil
Jantar 16:00 às 17:00	Canja (Frango, arroz, batata e espinafre)	Polenta com molho de Frango Salada de repolho Mamão	Papa de arroz + Feijão Ovo mexido com espinafre	Sopa de macarrão com Frango, acelga e tomate Banana	Sopa de Lentilha com Macarrão, inhame 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)	509	18	18	69	311	4,95	329	76

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