



## 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 DE 25 À 29 DE SETEMBRO DE 2023 PRÉ-ESCOLA,  
FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 25/09/2023	Terça-feira 26/09/2023	Quarta-feira 27/09/2023	Quinta-feira 28/09/2023	Sexta-feira 29/09/2023
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30  Lanche da tarde  15:00 ÀS 15:30	Bisnaguinha	Maçã	Banana	Biscoito Maria	Banana
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00  Almoço tarde  13:00 ÀS 14:00	Arroz + Feijão, Carne de Suíno Salada de tomate  Manga	Arroz + Feijão Frango com berinjela Farofa de cebola	Arroz + Feijão Ovo mexido Salada de Pepino Melancia	Arroz + Feijão Peixe 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.

Composição Nutricional (média semanal)



## 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)	406	14	10	62
Fundamental I (6-10 anos)	483	16	11	80
Fundamental II (11-15 anos)	637	22	13	110

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 DE 25 À 29 DE SETEMBRO DE 2023 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 25/09/2023	Terça-feira 26/09/2023	Quarta-feira 27/09/2023	Quinta-feira 28/09/2023	Sexta-feira 29/09/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite com Cacau	Biscoito integral Leite com Cacau	Mingau de aveia com banana amassada	Leite com cacau Biscoito de Polvilho	Aveia dormida com aveia, leite uva passa e maçã
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Arroz + Feijão, Carne de Suíno Salada de tomate  Manga	Arroz + Feijão Preto Frango com berinjela Farofa de cebola	Arroz + Feijão Ovo mexido Salada de Pepino Melancia	Arroz + Feijão Peixe com molho Salada de Chuchu	Macarrão ao molho Salada de Repolho Abacaxi
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Abacaxi	Banana	Mamão	Banana	Manga
Jantar 16:00 às 17:00	Arroz + Feijão carne com chuchu e berinjela	Sopa de Feijão com macarrão, Tomate e abobrinha	Polenta com molho de carne moída Salada de Couve	Arroz + Feijão, Frango desfiado com batata	Arroz + Feijão Ovo cozido Salada de 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



## 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)	701	21	23	97	281	3,11	209	61

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 DE 25 À 29 DE SETEMBRO DE 2023 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 25/09/2023	Terça-feira 26/09/2023	Quarta-feira 27/09/2023	Quinta-feira 28/09/2023	Sexta-feira 29/09/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Leite materno ou fórmula infantil  Mamão	Leite materno ou fórmula infantil  Melão pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil  Mamão	Leite materno ou fórmula infantil  Manga pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil  Banana
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Papa de arroz + Feijão,  Carne de Suíno com berinjela  Manga em pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão  Frango com berinjela	Papa de arroz + Feijão  Ovo mexido  Melancia em pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão  Peixe com molho  Chuchu cozido	Sopa de macarrão com repolho tomate e chuchu  Abacaxi em pedaços pequenos
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil  Banana	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil  Mamão	Leite materno ou fórmula infantil
Jantar 16:00 às 17:00	Papa de arroz + Feijão com carne chuchu e berinjela	Sopa de Feijão com macarrão, Tomate e abobrinha	Polenta com molho de carne moída  Banana	Papa de arroz + Feijão com Frango desfiado com batata	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	Lípídeos Gramas	Carboidratos Gramas	Cálcio Miligramas	Ferro Miligramas	Retinol Microgramas	Vitamina C Miligramas
Berçário I (7-11 meses)	501	18	17	71	261	5,99	316	72

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