



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 23 DE 27 DE OUTUBRO DE 2023 PRÉ-ESCOLA,
FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 23/10/2023	Terça-feira 24/10/2023	Quarta-feira 25/10/2023	Quinta-feira 26/10/2023	Sexta-feira 27/10/2023
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30 Lanche da tarde 15:00 ÀS 15:30	Bolacha Maria	Maçã	Banana	Pera	Biscoito Cream Cracker
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00 Almoço tarde 13:00 ÀS 14:00	Arroz + Feijão Omelete com Abobrinha Melão	Arroz + Feijão Preto Frango com mandioca Salada de repolho	Arroz + Feijão Preto Peixe com Batata Salada de repolho roxo	Arroz + Feijão Omelete com espinafre Salada de Agrião	Macarrão ao sugo Salada de Brócolis Laranja

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)

Endereço da Secretária



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)	397	13	13	59
Fundamental I (6-10 anos)	489	16	15	73
Fundamental II (11-15 anos)	622	21	18	96

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 23 DE 27 DE OUTUBRO DE 2023 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 23/10/2023	Terça-feira 24/10/2023	Quarta-feira 25/10/2023	Quinta-feira 26/10/2023	Sexta-feira 27/10/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite com Cacau	Torta de repolho com tomate Leite com Cacau	Mingau de aveia (depois de cozido adicionar banana amassada)	Bolo de Laranja Leite	Aveia dormida (Aveia em flocos + Leite + uva passa + maçã ralada + banana)
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Arroz + Feijão Omelete com Abobrinha Melão	Arroz + Feijão Preto Frango com mandioca Salada de couve flor	Arroz + Feijão Peixe com Batata Salada de repolho roxo	Arroz + Feijão Preto Omelete com espinafre Salada de Agrião	Macarrão ao sugo Salada de Brócolis Laranja
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Mamão	Banana	Bolo de Cacau	Mamão	Pera
Jantar 16:00 às 17:00	Arroz + Feijão Frango com molho de berinjela Melão	Sopa de Feijão com macarrão e Abóbora	Arroz + Feijão Preto Carne moída com abobrinha Laranja	Polenta com molho de Frango	Arroz + Feijão Ovo cozido com batata



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)	682	24	22	101	205	3,9	363,21	89

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 23 DE 27 DE OUTUBRO DE 2023 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 23/10/2023	Terça-feira 24/10/2023	Quarta-feira 25/10/2023	Quinta-feira 26/10/2023	Sexta-feira 27/10/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Leite materno ou fórmula infantil Mamão	Leite materno ou fórmula infantil Melancia pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil Melão pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil Mamão	Leite materno ou fórmula infantil banana
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Papa de arroz + Feijão Ovo com Abobrinha refogada	Papa de arroz + Feijão Preto Frango com mandioca e brócolis Banana	Papa de arroz + Feijão Peixe com Batata Repolho roxo refogado	Papa de arroz + Feijão Omelete com espinafre	Sopa de macarrão com Frango, tomate e couve flor Pera cozida
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Leite materno ou fórmula infantil Maçã cozida	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Banana	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Mamão
Jantar 16:00 às 17:00	Papa de arroz + Feijão Frango com molho de berinjela	Sopa de Feijão com macarrão e Abóbora	Papa de arroz + Feijão Preto Carne moída com abobrinha	Polenta com molho de Frango Pera cozida	Papa de arroz + Feijão Ovo cozido com tomate e batata



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)	532	18	17	81	299,96	5	395,8	83

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