



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO E CULTURA

Avenida Prof. Valdírio Prisco, 193 - Jardim Itacolomy
sec@ribeiraopires.sp.gov.br | (11) 4828-9600



CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLAR

CARDÁPIO 30 DE OUTUBRO A 03 DE NOVEMBRO DE 2023

PRÉ-ESCOLA, FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II - 2 REFEIÇÕES

Refeição	Segunda-feira 30/10/2023	Terça-feira 31/10/2023	Quarta-feira 01/11/2023	Quinta-feira 02/11/2023	Sexta-feira 03/11/2023
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30 Lanche da tarde 15:00 ÀS 15:30	Bisnaguinha	Maçã	Pera	FERIADO	EMENDA
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00 Almoço tarde 13:00 ÀS 14:00	Macarronada Carne moída com abobrinha Salada de tomate Manga	Arroz + Feijão Preto Frango com cará Farofa de Abobrinha	Arroz + Feijão Ovo mexido Salada de Escarola Melancia		

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	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 3º REGIÃO



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO E CULTURA

Avenida Prof. Valdirio Prisco, 193 - Jardim Itacolomy
sec@ribeiraopires.sp.gov.br | (11) 4828-9600



CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 30 DE OUTUBRO A 03 DE NOVEMBRO DE 2023

BERÇÁRIO II E MATERNAL (1 a 3 anos) - 3 REFEIÇÕES - Consistência sólida

Refeição	Segunda-feira 30/10/2023	Terça-feira 31/10/2023	Quarta-feira 01/11/2023	Quinta-feira 02/11/2023	Sexta-feira 03/11/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite com Cacau	Biscoito de Polvilho Leite com Cacau	Banana Leite com cacau	FERIADO	EMENDA
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Macarronada Carne moída com abobrinha Salada de tomate Manga	Arroz + Feijão Preto Frango com cará Farofa de Abobrinha	Arroz + Feijão Ovo mexido Salada de Escarola Melancia		
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Laranja	Torta de espinafre com cenoura Leite	Mamão		
Jantar 16:00 às 17:00	Polenta Frango com repolho roxo	Sopa de Feijão com macarrão, couve flor e cenoura Maçã	Arroz + Feijão carne moída Salada de Couve Flor		

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)

Etapas/ 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 30 DE OUTUBRO A 03 DE NOVEMBRO DE 2023 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 30/10/2023	Terça-feira 31/10/2023	Quarta-feira 01/11/2023	Quinta-feira 02/11/2023	Sexta-feira 03/11/2023
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Leite materno ou fórmula infantil Mamão	Leite materno ou fórmula infantil Pera cozida	Leite materno ou fórmula infantil Mamão	FERIADO	EMENDA
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Papa de macarrão + Feijão Carne moída com abobrinha tomate Maçã cozida	Papa de arroz + Feijão Preto Frango com cará Abobrinha	Papa de arroz + Feijão Ovo mexido Melancia 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		
Jantar 16:00 às 17:00	Polenta + Frango Repolho roxo	Sopa de Feijão com macarrão, couve flor e cenoura	Arroz + Feijão Carne moída Couve-flor		

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 3º REGIÃO