



## 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 19 À 23 DE FEVEREIRO DE 2024 PRÉ-ESCOLA,

FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 19/02/2024	Terça-feira 20/02/2024	Quarta-feira 21/02/2024	Quinta-feira 22/02/2024	Sexta-feira 23/02/2024
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30  Lanche da tarde 15:00 ÀS 15:30	Bolacha de maisena  Leite	Banana	Bisnaguinha Leite com cacau	Pêra	Biscoito Cream Cracker Leite com cacau
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00  Almoço tarde 13:00 ÀS 14:00	Arroz + Feijão  Iscas Bovina com molho  Salada de Cenoura com vagem  Pêra	Arroz + Feijão  Frango em pedaços com abobrinha  Salada de Repolho  Goiaba	Arroz + Feijão Omelete de forno com tomate, cebola e salsinha  salada de alface  Banana	Arroz + Feijão Preto  Frango em cubos com espinafre  salada de escarola  Maçã	Arroz + Feijão Peixe piramutaba com Abóbora Salada de Pepino  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.



## 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)	409	14	12	63
Fundamental I (6-10 anos)	490	17	13	78
Fundamental II (11-15 anos)	680	24	15	113

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

*Silvana Mieza*  
**SILVANA MIEZA**  
CHEFE DE UNIDADE DE SEGURANÇA ALIMENTAR  
CRN-3 49279



## 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 19 À 23 DE FEVEREIRO DE 2024 JARDIM INTEGRAL E  
MATERNAL INTEGRAL (3 e 4 anos) 3 REFEIÇÕES - Consistência sólida

Refeição	Segunda-feira 19/02/2024	Terça-feira 20/02/2024	Quarta-feira 21/02/2024	Quinta-feira 22/02/2024	Sexta-feira 23/02/2024
Lanche Manhã 08:00 ÀS 09:00	Biscoito Maisena Leite	Leite batido com Banana e Biscoito cream cracker	Bisnaguinha e Leite com cacau	Bolo de maçã caseiro  leite	Canjica
Almoço 11:00 ÀS 12:00	Arroz + Feijão  Iscas Bovina com molho  Salada de Cenoura com vagem  Pêra	Arroz + Feijão  Frango em pedaços com abobrinha  Salada de Repolho  Goiaba	Arroz + Feijão Omelete de forno com tomate, cebola e salsinha  salada de alface  Banana	Arroz + Feijão Preto  Frango em cubos com espinafre  salada de escarola  Maçã	Arroz + Feijão Peixe piramutaba com Abóbora Salada de Pepino  Laranja
Lanche da tarde 15:00 às 16:00	Mingau de aveia com banana	Biscoito Maisena  Leite	Vitamina de abacate e biscoito cream cracker	Bisnaguinha  Leite com cacau	Bolo de cenoura caseiro leite com cacau

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	Proteínas Gramas	Lipídeos Gramas	Carboidratos Gramas	Cálcio Miligramas	Ferro Miligramas	Retinol Microgramas	Vitamina C Miligramas
Jardim e Maternal (3 e 4 anos)	693	22	22	108	295	3,40	349	70

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

*Silvana Mieza*  
**SILVANA MIEZA**  
CHEFE DE UNIDADE DE NUTRIÇÃO ALIMENTAR  
CRN-3 49279



## 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 19 À 23 DE FEVEREIRO DE 2024 BERÇÁRIO II E  
MATERNAL (1 a 3 anos) 3 REFEIÇÕES - Consistência sólida

Refeição	Segunda-feira 19/02/2024	Terça-feira 20/02/2024	Quarta-feira 21/02/2024	Quinta-feira 22/02/2024	Sexta-feira 23/02/2024
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite com cacau	Bolo de cacau Leite	Biscoito Polvilho Leite	Torta de repolho com tomate Leite	Banana Leite com cacau
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Arroz + Feijão Isclas Bovina com molho Salada de Cenoura com vagem Pêra	Arroz + Feijão Frango em pedaços com abobrinha Salada de Repolho Goiaba	Arroz + Feijão Omelete de forno com tomate, cebola e salsinha salada de alface Banana	Arroz + Feijão Preto Frango em cubos com espinafre salada de escarola Maçã	Arroz + Feijão Peixe piramutaba com Abóbora Salada de Pepino Laranja
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Ameixa	Maçã	Bolo de fubá Leite com cacau	Laranja	Melancia
Jantar 16:00 às 17:00	Arroz + feijão Peixe piramutaba com abóbora, salada de escarola	Macarrão com molho e isclas de carne Salada de chuchu	Arroz + Feijão frango Salada de Repolho e cenoura ralada	Arroz + Feijão Ovo com abóbora Salada de tomate	Sopa de Grão de bico com frango 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 II e Maternal (1-3 anos)	656	21	23	84	203	3,25	265	43,45

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

*Silvana Mieza*  
**SILVANA MIEZA**  
CRN-3 49279

**CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA**



## SECRETARIA DE EDUCAÇÃO E CULTURA

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



CARDÁPIO 19 À 23 DE FEVEREIRO DE 2024 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 19/02/2024	Terça-feira 20/02/2024	Quarta-feira 21/02/2024	Quinta-feira 22/02/2024	Sexta-feira 23/02/2024
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Leite materno ou fórmula infantil  Ameixa	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil  Laranja	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil  Banana
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Papa de arroz + Feijão  Iscas Bovina com molho  Cenoura e vagem refogada  Pêra cozida	Papa de arroz + Feijão  Frango em pedaços com abobrinha  Repolho refogado  Goiaba pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão  Omelete de forno com tomate, cebola e salsinha  Banana	Papa de arroz + Feijão Preto  Frango em cubos com espinafre  escarola refogada  Maçã cozida	Papa de arroz + Feijão Peixe piramutaba com Abóbora  Laranja
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil  Maçã pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil  Pêra pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil
Jantar 16:00 às 17:00	Papa de arroz + feijão Peixe piramutaba com abóbora  escarola refogada	Sopa de macarrão com iscas de carne, chuchu e cenoura	Papa de arroz + Feijão frango desfiado Repolho e cenoura ralada refogado	Papa de arroz + Feijão Ovo com abóbora e tomate	Sopa de Grão de bico com frango 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)	532	18	20	70	276	5,63	388	99

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

*Silvana Mieza*  
**SILVANA MIEZA**  
CHEFE DE UNIDADE DE ORIENTAÇÃO ALIMENTAR  
CRN-3 49279