



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 11 À 15 DE MARÇO DE 2024 PRÉ-ESCOLA,

FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 11/03/2024	Terça-feira 12/03/2024	Quarta-feira 13/03/2024	Quinta-feira 14/03/2024	Sexta-feira 15/03/2024
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30 Lanche da tarde 15:00 ÀS 15:30	Biscoito maisena Leite	Maçã	Banana	Pêra	Bisnaguinha Leite com cacau
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00 Almoço tarde 13:00 ÀS 14:00	Arroz + Feijão Isclas Bovina com pimentão e tomate Salada de cenoura ralada com cebola Mamão	Arroz + Feijão Sassami na cebola caramelizada Salada de escarola Abacaxi	Arroz + Feijão, Omelete de forno com espinafre Salada de Tomate Goiaba	Arroz + Feijão Frango em cubos com Abóbora Salada de Repolho Mamão	Arroz, Feijão Suíno na pressão Farofa de cenoura Salada de Acelga Pêra

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)	385	14	9	52
Fundamental I (6-10 anos)	441	16	10	79
Fundamental II (11-15 anos)	674	18	10	96

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 11 À 15 DE MARÇO DE 2024 JARDIM INTEGRAL E

MATERNAL INTEGRAL (3 e 4 anos) 3 REFEIÇÕES - Consistência sólida

Refeição	Segunda-feira 11/03/2024	Terça-feira 12/03/2024	Quarta-feira 13/03/2024	Quinta-feira 14/03/2024	Sexta-feira 15/03/2024
Lanche Manhã 08:00 ÀS 09:00	Biscoito maisena Leite	Biscoito cream cracker Leite Batido com maçã	Pão de queijo Leite com cacau Maçã	Bolo caseiro de chocolate Leite	Bisnaguinha Leite com cacau
Almoço 11:00 ÀS 12:00	Arroz + Feijão Isclas Bovina com pimentão e tomate Salada de cenoura ralada com cebola Goiaba	Arroz + Feijão Sassami na cebola caramelizada Salada de escarola Abacaxi	Arroz + Feijão, Omelete de forno com espinafre Salada de Tomate Banana	Arroz + Feijão Frango em cubos com Abóbora Salada de Repolho Mexerica	Arroz, Feijão Suíno na pressão Farofa de cenoura Salada de Acelga Pêra
Lanche da tarde 15:00 às 16:00	Aveioca Leite com cacau	Biscoito cream cracker Leite com cacau	Leite Batido com abacate	Pão de queijo Leite com cacau Pêra	Mingau de aveia

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
Jardim e Maternal (3 e 4 anos)	864	32	31	134

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 11 À 15 DE MARÇO DE 2024 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 11/03/2024	Terça-feira 12/03/2024	Quarta-feira 13/03/2024	Quinta-feira 14/03/2024	Sexta-feira 15/03/2024
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite com cacau	Ovos mexidos Leite com cacau	Torta de repolho com cenoura Leite	Bolo de maçã Leite	Mingau de aveia com Banana
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Arroz + Feijão Isclas Bovina com pimentão e tomate Salada de cenoura ralada com cebola Goiaba	Arroz + Feijão Sassami na cebola caramelizada Salada de escarola Laranja	Arroz + Feijão, Omelete de forno com espinafre Salada de Tomate Caqui	Arroz + Feijão Frango em cubos com Abóbora Salada de Repolho Mexerica	Arroz, Feijão Suíno na pressão Farofa de cenoura Salada de Acelga Pêra
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Pêra	Caqui	Laranja	Caqui	bolo de laranja Leite com cacau
Jantar 16:00 às 17:00	Arroz + Feijão Suíno na pressão com batata Salada de beterraba Mexerica	Arroz + Feijão Isclas bovinas com cenoura Salada de abobrinha	Polenta com Frango desfiado Chuchu refogado Goiaba	Arroz + Feijão Ovo cozido com Salada de alface	Arroz + Feijão Frango em cubos com mandioquinha Salada de chuchu Mexerica



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)	586	25	15	89	211,73	3,77	238,80	72,77

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 11 À 15 DE MARÇO DE 2024 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 11/03/2024	Terça-feira 12/03/2024	Quarta-feira 13/03/2024	Quinta-feira 14/03/2024	Sexta-feira 15/03/2024
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Leite materno ou fórmula infantil Pêra cozida	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Laranja pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Mexerica
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Papa de arroz + Feijão Iscas Bovina com pimentão e tomate cenoura ralada refogada Goiaba pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão Sassami desfiado escarola refogada Laranja pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão, Omelete de forno com espinafre e Tomate Caqui	Papa de arroz + Feijão Frango em cubos com Abóbora Repolho refogado Mexerica	Papa de arroz, Feijão Suíno na pressão Acelga refogada Pêra cozida
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Goiaba pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Caqui pedaços pequenos	Leite materno ou fórmula infantil
Jantar 16:00 às 17:00	Papa de arroz + Feijão Suíno na pressão com batata	Papa de arroz + Feijão Iscas bovinas com cenoura	Polenta com Frango desfiado Chuchu refogado	Papa de arroz + Feijão Ovo cozido com Acelga refogada	Papa de arroz + Feijão



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO E CULTURA

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



	beterraba cozida Mexerica	abobrinha refogada	Goiaba pedaços pequenos		Frango em cubos com mandioquinha tomate Caqui
--	------------------------------	-----------------------	----------------------------	--	---

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	Carboidrato s Gramas	Cálcio Miligramas	Ferro Miligramas	Retinol Microgram as	Vitamina C Miligramas
Berçário I (7-11 meses)	510,76	21	17	69	282,77	5,00	333,14	72,20

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



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