



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 18 A 22 DE MARÇO DE 2024 PRÉ-ESCOLA,
FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 18/03/2024	Terça-feira 19/03/2024	Quarta-feira 20/03/2024	Quinta-feira 21/03/2024	Sexta-feira 22/03/2024
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30 Lanche da tarde 15:00 ÀS 15:30	EMENDA	FERIADO	Bolinho	Mexerica	Biscoito Cream Cracker Leite com cacau
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00 Almoço tarde 13:00 ÀS 14:00			Arroz + Feijão Suíno com Abóbora Salada de pepino Laranja	Arroz + Feijão Frango em cubos com espinafre salada de escarola Maçã	Arroz + Feijão Omelete de forno com tomate, cebola e salsinha salada de alface Banana

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)	399	12	12	53
Fundamental I (6-10 anos)	489	13	14	69
Fundamental II (11-15 anos)	681	18	19	101

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 18 A 22 DE MARÇO DE 2024 JARDIM INTEGRAL E

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

Refeição	Segunda-feira 18/03/2024	Terça-feira 19/03/2024	Quarta-feira 20/03/2024	Quinta-feira 21/03/2024	Sexta-feira 22/03/2024
Lanche Manhã 08:00 ÀS 09:00	EMENDA	FERIADO	Bolinho e Leite com cacau	Bolo de cenoura caseiro Leite	Aveioca Leite com cacau
Almoço 11:00 ÀS 12:00			Arroz + Feijão Suíno com Abóbora Salada de pepino Laranja	Arroz + Feijão Frango em cubos com espinafre salada de escarola Maçã	Arroz + Feijão Omelete de forno com tomate, cebola e salsinha salada de alface Banana
Lanche da tarde 15:00 às 16:00			Vitamina de abacate e biscoito cream cracker	Mingau de aveia com banana	Bolo de maçã Leite

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



Composição Nutricional (média semanal) Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar. ELABORADO POR SILVANA MIEZA CRN 49.279 3° REGIÃO

Etapa/ Faixa etária	Energia Kcal	Proteína Gramas	Lipídeos Gramas	Carboidratos Gramas
Jardim e Maternal (3 e 4 anos)	869	31	30	128

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 18 A 22 DE MARÇO DE 2024 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 18/03/2024	Terça-feira 19/03/2024	Quarta-feira 20/03/2024	Quinta-feira 21/03/2024	Sexta-feira 22/03/2024
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	EMENDA	FERIADO	Aveioca Leite com cacau	Torta de repolho com tomate Leite	Banana Leite com cacau
Almoço 10:00 ÀS 11:00			Arroz + Feijão Suíno com Abóbora Salada de pepino Laranja	Arroz + Feijão Frango em cubos com espinafre salada de escarola Maçã	Arroz + Feijão Omelete de forno com tomate, cebola e salsinha salada de alface Banana
Lanche da tarde 13:00 às 14:00			Melancia	Bolo de fubá Leite com cacau	Goiaba
Jantar 16:00 às 17:00			Arroz + Feijão Filé de frango grelhado Salada de acelga e cenoura ralada	Arroz + Feijão Ovo com abóbora Salada de escarola	Sopa de Lentilha com frango Macarrão, Inhame e couve

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



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)	686	19	20	98	283	3,24	265	43,45

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 18 A 22 DE MARÇO DE 2024 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 18/03/2024	Terça-feira 19/03/2024	Quarta-feira 20/03/2024	Quinta-feira 21/03/2024	Sexta-feira 22/03/2024
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	EMENDA	FERIADO	Leite materno ou fórmula infantil Maçã cozida	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil Banana
Almoço 10:00 ÀS 11:00			Papa de arroz + Feijão Suíno com Abóbora Laranja	Papa de arroz + Feijão Frango em cubos com espinafre escarola refogada Maçã cozida	Papa de arroz + Feijão Omelete de forno com tomate, cebola e salsinha Banana
Lanche da tarde 13:00 às 14:00			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 frango desfiado Repolho e cenoura ralada refogado	Papa de arroz + Feijão Ovo com abóbora e tomate	Sopa de Lentilha 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)	482	13	13	70	216	5,03	348	79

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