




CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL

	36_2017	SEGUNDA-FEIRA 30/10	TERÇA-FEIRA 31/10 DIA DO 	QUARTA-FEIRA 1º/10	QUINTA-FEIRA 02/10	SEXTA-FEIRA 03/10
B2	CAFÉ ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO DE LEITE	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU PÃO DOCE COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO ÁGUA E SAL	FERIADO FINADOS	
	ARROZ / MACARRÃO FEIJÃO MISTURA LEGUME VERDURA - SALADA SUCO / FRUTA / MEL	MACARRÃO PADRE NOSSO CARNE ISCAS COM MILHO COUVE BANANA	RISOTO ARROZ COM FRANGO DESEFIADO COM CENOURA E TOMATE ALFACE SUCO DE ACEROLA	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO ACELGA MEL		

	37_2017	SEGUNDA-FEIRA 06/11	TERÇA-FEIRA 07/11	QUARTA-FEIRA 08/11	QUINTA-FEIRA 09/11	SEXTA-FEIRA 10/11
C2	CAFÉ ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO MAISENA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU PÃO DOCE COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO ROSQUINHA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU PÃO DOCE COM MARGARINA	BEBIDA LÁCTEA SABOR MORANGO BISCOITO AGUA E SAL
	ARROZ / MACARRÃO FEIJÃO MISTURA LEGUME VERDURA - SALADA SUCO / FRUTA / MEL	ARROZ FRANGO EM PEDAÇO REPOLHO SUCO DE MARACUJÁ	ARROZ VACA ATOLADA CARNE BOVINA, PATINHO EM ISCAS COM MANDIOCA COUVE MAÇA	ARROZ FEIJÃO OVO COZIDO ALFACE MEL	MACARRÃO AVE MARIA FRANGO EM PEDAÇO OU DESEFIADO BETERRABA BANANA	ARROZ FEIJÃO QUIBE DE FORNO CENOURA

Valor Nutricional

(média por refeição principal):

Por Categoria	Média	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídios	Fibras	Vitaminas		Minerais (mg)				
		(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	A (µg)	C (mg)	Cálcio	Ferro	Magnésio	Zinco	Sódio
Pré-Escola		266,36	32,1	12,44	9,8	3,02	220,88	13,28	40,08	2,24	32,32	1,52	523,52

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES. Legumes, verduras e frutas podem ser substituídos por outras de acordo com a safra/produção/entrega.

Cardápio elaborado em 17/10/2017, atualizado 23/10/2017, por Natália Irina Nutricionista RT CRN 3 22325.



CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL

	38_2017	SEGUNDA-FEIRA 13/11	TERÇA-FEIRA 14/11	QUARTA-FEIRA 15/11	QUINTA-FEIRA 16/11	SEXTA-FEIRA 17/11
A1	CAFÉ ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO AGUA E SAL	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU PÃO DOCE COM REQUEIJÃO		LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO MAISENA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO ROSQUINHA
	ARROZ / MACARRÃO FEIJÃO MISTURA LEGUME VERDURA - SALADA SUCO / FRUTA / MEL	MACARRÃO PARAFUSO FRANGO EM PEDAÇO OU DESFIADO COM CHUCHU ACELGA BANANA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOIDA ALFACE	FERIADO	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM CENOURA REPOLHO MEL	PÃO FRANCES COM CARNE BOVINA, PATINHO EM ISCAS COM BETERRABA E TOMATE SUCO DE CAJU
	39_2017	SEGUNDA-FEIRA 20/11	TERÇA-FEIRA 21/11	QUARTA-FEIRA 22/11	QUINTA-FEIRA 23/11	SEXTA-FEIRA 24/11
B1	CAFÉ ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO MAISENA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU PÃO DOCE COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO ROSQUINHA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU PÃO DOCE COM MARGARINA	BEBIDA LACTEA SABOR SALADA DE FRUTAS BISCOITO AGUA E SAL
	ARROZ / MACARRÃO FEIJÃO MISTURA LEGUME VERDURA - SALADA SUCO / FRUTA / MEL	ARROZ CARNE BOVINA, PATINHO EM ISCAS COM BATATA ACELGA SUCO DE MANGA	ARROZ COM BRÓCOLIS FILET DE FRANGO EM PEDAÇO COM ABOBORA BANANA	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM ESPINAFRE E TOMATE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO ALMONDEGA ALFACE MEL	MACARRÃO AVE MARIA FRANGO EM PEDAÇO OU DESFIADO COM TOMATE MAÇÃ
	40_2017	SEGUNDA-FEIRA 27/11	TERÇA-FEIRA 28/11	QUARTA-FEIRA 29/11	QUINTA-FEIRA 30/11	SEXTA-FEIRA 1º/12
C1	CAFÉ ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO AGUA E SAL	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU PÃO DOCE COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO MAISENA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO AGUA E SAL	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO ROSQUINHA
	ARROZ / MACARRÃO FEIJÃO MISTURA LEGUME VERDURA - SALADA SUCO / FRUTA / MEL	MACARRÃO PADRE NOSSO CARNE BOVINA, PATINHO EM ISCAS REPOLHO BANANA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COUVE MEL	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE CARNE MOIDA COM BATATA ALFACE	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO ACELGA	PÃO FRANCES COM FRANGO COM MILHO E TOMATE SUCO DE MARACUJÁ

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES. Legumes, verduras e frutas podem ser substituídos por outras de acordo com a safra/produção/entrega.

Cardápio elaborado em 30/10/2017, atualizado 1º/11/2017, por Natália Irina Nutricionista RT CRN 3 22325.



MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA




CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – EDUCAÇÃO INFANTIL

Valor
Nutricional

(média por
refeição
principal):

Por Categoria	Média	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídios	Fibras	Vitaminas		Minerais (mg)				
		(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	A (µg)	C (mg)	Cálcio	Ferro	Magnésio	Zinco	Sódio
Pré-Escola		266,36	32,1	12,44	9,8	3,02	220,88	13,28	40,08	2,24	32,32	1,52	523,52



	36_2017	SEGUNDA-FEIRA 30/10	TERÇA-FEIRA 31/10 DIA DO 	QUARTA-FEIRA 1º/10	QUINTA-FEIRA 02/10	SEXTA-FEIRA 03/10
B2	CAFÉ ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO DE LEITE	LEITE COM CAFÉ PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO ÁGUA E SAL	FERIADO FINADOS	
	ARROZ / MACARRÃO FEIJÃO MISTURA LEGUME VERDURA - SALADA SUCO / FRUTA / MEL	MACARRÃO PENNE CARNE ISCAS COM MILHO COUVE BANANA	RISOTO ARROZ COM FRANGO DESFIADO COM CENOURA E TOMATE ALFACE SUCO DE ACEROLA	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO ACELGA MEL		

	37_2017	SEGUNDA-FEIRA 06/11	TERÇA-FEIRA 07/11	QUARTA-FEIRA 08/11	QUINTA-FEIRA 09/11	SEXTA-FEIRA 10/11
C2	CAFÉ ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO MAISENA	LEITE COM CAFÉ PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO ROSQUINHA	LEITE COM CAFÉ PÃO DOCE COM MARGARINA	BEBIDA LÁCTEA SABOR MORANGO BISCOITO AGUA E SAL
	ARROZ / MACARRÃO FEIJÃO MISTURA LEGUME VERDURA - SALADA SUCO / FRUTA / MEL	ARROZ COXINHA DAS ASAS COZIDA OU ASSADA REPOLHO SUCO DE MARACUJÁ	ARROZ VACA ATOLADA CARNE BOVINA, PATINHO EM ISCAS COM MANDIOCA COUVE MAÇA	ARROZ FEIJÃO OVO COZIDO ALFACE MEL	MACARRÃO ESPAGUETE FRANGO EM PEDAÇO OU DESFIADO BETERRABA BANANA	ARROZ FEIJÃO QUIBE DE FORNO CENOURA

Valor
Nutricional

(média por
refeição
principal):

Por Categoria	Média	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídios	Fibras	Vitaminas		Minerais (mg)				
		(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	A (µg)	C (mg)	Cálcio	Ferro	Magnésio	Zinco	Sódio
Pré-Escola		266,36	32,1	12,44	9,8	3,02	220,88	13,28	40,08	2,24	32,32	1,52	523,52
Fundamental		332,96	40,13	15,56	12,25	3,8	276,1	16,68	50,51	2,84	40,43	1,91	659,43

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES. Legumes, verduras e frutas podem ser substituídos por outras de acordo com a safra/produção/entrega.

Cardápio elaborado em 17/10/2017, atualizado 23/10/2017, por Natália Irina Nutricionista RT CRN 3 22325.



	38_2017	SEGUNDA-FEIRA 13/11	TERÇA-FEIRA 14/11	QUARTA-FEIRA 15/11	QUINTA-FEIRA 16/11	SEXTA-FEIRA 17/11
A1	CAFÉ ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO AGUA E SAL	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO		CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAISENA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO ROSQUINHA
	ARROZ / MACARRÃO FEIJÃO MISTURA LEGUME VERDURA - SALADA SUCO / FRUTA / MEL	MACARRÃO PARAFUSO FRANGO EM PEDAÇO OU DESFIADO COM CHUCHU ACELGA BANANA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOIDA ALFACE	FERIADO	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM CENOURA REPOLHO MEL	PÃO FRANCÊS COM CARNE BOVINA, PATINHO EM ISCAS COM BETERRABA E TOMATE SUCO DE CAJU
	39_2017	SEGUNDA-FEIRA 20/11	TERÇA-FEIRA 21/11	QUARTA-FEIRA 22/11	QUINTA-FEIRA 23/11	SEXTA-FEIRA 24/11
B1	CAFÉ ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO MAISENA	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO ROSQUINHA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MARGARINA	BEBIDA LACTEA SABOR SALADA DE FRUTAS BISCOITO AGUA E SAL
	ARROZ / MACARRÃO FEIJÃO MISTURA LEGUME VERDURA - SALADA SUCO / FRUTA / MEL	ARROZ CARNE BOVINA, PATINHO EM ISCAS COM BATATA ACELGA SUCO DE MANGA	ARROZ COM BRÓCOLIS COXINHA DAS ASAS COM ABOBORA BANANA	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM ESPINAFRE E TOMATE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO ALMONDEGA ALFACE MEL	MACARRÃO ESPAGUETE FRANGO EM PEDAÇO OU DESFIADO COM TOMATE MAÇÃ
	40_2017	SEGUNDA-FEIRA 27/11	TERÇA-FEIRA 28/11	QUARTA-FEIRA 29/11	QUINTA-FEIRA 30/11	SEXTA-FEIRA 1º/12
C1	CAFÉ ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO AGUA E SAL	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO MAISENA	CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL	LEITE COM CHOCOLATE 50% CACAU BISCOITO ROSQUINHA
	ARROZ / MACARRÃO FEIJÃO MISTURA LEGUME VERDURA - SALADA SUCO / FRUTA / MEL	MACARRÃO PADRE NOSSO CARNE BOVINA, PATINHO EM ISCAS REPOLHO BANANA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO COUVE MEL	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE CARNE MOIDA COM BATATA ALFACE	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO ACELGA	PÃO FRANCÊS COM FRANGO COM MILHO E TOMATE SUCO DE MARACUJÁ

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES. Legumes, verduras e frutas podem ser substituídos por outras de acordo com a safra/produção/entrega.

Cardápio elaborado em 30/10/2017, atualizado 1º/11/2017, por Natália Irina Nutricionista RT CRN 3 22325.



MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL



Valor
Nutricional

(média por
refeição
principal):

Por Categoria	Média	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídios	Fibras	Vitaminas		Minerais (mg)				
		(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	A (µg)	C (mg)	Cálcio	Ferro	Magnésio	Zinco	Sódio
Pré-Escola		266,36	32,1	12,44	9,8	3,02	220,88	13,28	40,08	2,24	32,32	1,52	523,52
Fundamental		332,96	40,13	15,56	12,25	3,8	276,1	16,68	50,51	2,84	40,43	1,91	659,43