



33	2ª Feira - 11/08/2025				3ª Feira - 12/08/2025				4ª Feira - 13/08/2025				5ª Feira - 14/08/2025				6ª Feira - 15/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM CENOURA SALADA DE TOMATE BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	101,7204	754,6900	20,1475	35,7016	110,4224	754,8120	17,4467	29,9558	113,8048	713,1500	15,7301	34,4478	136,1994	799,4020	10,4995	43,4028	110,1218	800,4150	19,7931	47,8683
Média Semanal	CHO(G) 114,4550				ENERGIA(KCAL) 764,4698				LPD(G) 17,2450				PTN(G) 40,2753							

LANCHE ENTRADA NOITE: 18:30 AS 19
CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPRA
RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL 11 - 15 ANOS (AGOSTO/2025)

34	2ª Feira - 18/08/2025				3ª Feira - 19/08/2025				4ª Feira - 20/08/2025				5ª Feira - 21/08/2025				6ª Feira - 22/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA MELÃO				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFÉ DE CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G
	88,4234	712,6460	17,7262	37,9891	108,4178	726,6320	17,4628	35,2175	102,5370	662,0080	12,4220	36,2772	103,5096	684,9620	13,9198	36,4614	115,6768	817,3150	19,2841	42,3113
Média Semanal	CHO(G) 107,1129				ENERGIA(KCAL) 724,6726								LPD(G) 16,2616				PTN(G) 38,6513			

35	2ª Feira - 25/08/2025				3ª Feira - 26/08/2025				4ª Feira - 27/08/2025				5ª Feira - 28/08/2025				6ª Feira - 29/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE MAMÃO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G
	107,1624	788,1290	26,3225	34,6101	110,8974	759,5090	18,1292	30,5898	104,4058	714,6120	20,0948	31,8359	129,4298	738,3000	12,0641	34,9468	110,1218	808,4158	19,2531	42,8683
Média Semanal	CHO(G) 111,2434				ENERGIA(KCAL) 760,2394								LPD(G) 19,3007				PTN(G) 37,7672			

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

LANCHE ENTRADA MANHÃ: 06:30 AS 07:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO MANHÃ: 09:30 AS 10:30 h

LANCHE ENTRADA TARDE: 12:00 AS 12:30 h / REFEIÇÃO PADRÃO TARDE: 15:30 AS 16:00 h

LANCHE ENTRADA NOITE: 18:30 AS 19:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO NOITE: 21:00 AS 21:30 h

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fatima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL 11 - 15 ANOS (AGOSTO/2025)

31					6ª Feira - 01/08/2025			
LANCHE MANHÃ					LEITE PÃO			
ALMOÇO					MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA			
LANCHE TARDE					PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA			
Composição Nutricional					CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
					253,2442	1.660,8720	37,5914	82,7681
Média Semanal	CHO(G) 253,2442		ENERGIA(KCAL) 1.660,8720		LPD(G) 37,5914		PTN(G) 82,7681	

32	2ª Feira - 04/08/2025				3ª Feira - 05/08/2025				4ª Feira - 06/08/2025				5ª Feira - 07/08/2025				6ª Feira - 08/08/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM ABOBRINHA SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO				ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
LANCHE TARDE	DANETE				LANCHE DE FRANGO MAMÃO				VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO MACIO COM REQUEIJÃO LARANJA				PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	280,0892	1.254,0830	37,1794	77,3230	242,7086	1.712,0630	49,5537	76,2382	249,7524	1.662,6660	39,0937	82,4442	186,3100	1.530,8020	61,5999	60,5823	322,4192	1.931,8726	39,2644	84,8531
Média Semanal	CHO(G) 256,2559				ENERGIA(KCAL) 1.718,4550				LPD(G) 45,3384				PTN(G) 76,8422							

33	2ª Feira - 11/08/2025				3ª Feira - 12/08/2025				4ª Feira - 13/08/2025				5ª Feira - 14/08/2025				6ª Feira - 15/08/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM CENOURA SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA			
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA				LANCHE DE CARNE ABACAXI				VITAMINADO BANANA				PÃO COM PRESUNTO BANANA				PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	222,3244	1.591,4820	53,6801	55,4032	246,7978	1.721,8220	48,8776	82,2149	256,6126	1.818,1810	37,8141	69,3589	260,2196	1.851,8200	56,1701	83,5977	253,2442	1.560,8770	37,5014	82,7081
Média Semanal	CHO(G) 247,7479				ENERGIA(KCAL) 1.690,8558				LPD(G) 47,2283				PTN(G) 74,6686							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

LANCHE MANHÃ: 09:00 AS 09:30 h / ALMOÇO: 11:00 AS 13:00 h / LANCHE TARDE: 14:30 AS 15:30 h

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPRA
RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL 11 - 15 ANOS (AGOSTO/2025)

34	2ª Feira - 18/08/2025				3ª Feira - 19/08/2025				4ª Feira - 20/08/2025				5ª Feira - 21/08/2025				6ª Feira - 22/08/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ESTROGONOFE CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	ARROZ DOCE				LANCHE DE FRANGO MAMÃO				VITAMINADO BANANA E MAMÃO				PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA				PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	288,4988	1.801,9040	37,1391	80,2267	241,9286	1.709,3620	49,5117	78,1282	262,7618	1.756,7820	40,0331	89,8182	186,7150	1.552,8220	66,4419	57,7572	275,5192	1.247,8720	38,3064	82,5731
Média Semanal	CHO(G) 251,1047				ENERGIA(KCAL) 1.713,6404				LPD(G) 46,3054				PTN(G) 77,7407							

35	2ª Feira - 25/08/2025				3ª Feira - 26/08/2025				4ª Feira - 27/08/2025				5ª Feira - 28/08/2025				6ª Feira - 29/08/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA ARROZ				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ALMÔDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE MAMÃO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA			
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA				LANCHE DE CARNE ABACAXI				VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO COM MUÇARELA BANANA				PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	237,5858	1.761,5040	66,2288	59,9387	245,5178	1.728,2220	48,8358	81,3149	257,7202	1.683,0720	42,6054	73,7983	330,3948	2.186,8160	66,1581	73,8789	253,2442	1.668,8720	37,5914	82,3681
Média Semanal	CHO(G) 264,8886				ENERGIA(KCAL) 1.803,9862				LPD(G) 52,2818				PTN(G) 74,2934							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

LANCHE MANHÃ: 09:00 AS 09:30 h / ALMOÇO: 11:00 AS 13:00 h / LANCHE TARDE: 14:30 AS 15:30 h

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361




Marisa Fatima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPRA
RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO 16 - 18 ANOS (AGOSTO/2025)

34	2ª Feira - 18/08/2025				3ª Feira - 19/08/2025				4ª Feira - 20/08/2025				5ª Feira - 21/08/2025				6ª Feira - 22/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA MELÃO				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	122,3966	884,5100	20,6230	31,9977	131,9252	847,7020	17,5504	41,7018	120,6130	800,8940	15,9495	48,9642	124,4110	625,4320	6,4419	20,6956	129,3988	886,9620	20,7731	49,1393
Média Semanal	CHO(G) 125,7489				ENERGIA(KCAL) 809,1060								LPD(G) 16,0676				PTN(G) 42,1197			

35	2ª Feira - 25/08/2025				3ª Feira - 26/08/2025				4ª Feira - 27/08/2025				5ª Feira - 28/08/2025				6ª Feira - 29/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE MAMÃO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	119,4208	913,5500	36,1241	41,4043	112,4956	759,0120	18,4430	48,6294	120,7282	778,7200	19,8344	33,4971	136,8648	839,9020	14,7841	47,3533	123,9088	878,1620	19,9431	50,4553
Média Semanal	CHO(G) 123,0836				ENERGIA(KCAL) 833,0772								LPD(G) 20,1857				PTN(G) 42,6459			

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

LANCHE ENTRADA MANHÃ: 06:30 AS 07:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO MANHÃ: 09:30 AS 10:30 h

LANCHE ENTRADA TARDE: 12:00 AS 12:30 h / REFEIÇÃO PADRÃO TARDE: 15:30 AS 16:00 h

LANCHE ENTRADA NOITE: 18:30 AS 19:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO NOITE: 21:00 AS 21:30 h

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



33	2ª Feira - 11/08/2025				3ª Feira - 12/08/2025				4ª Feira - 13/08/2025				5ª Feira - 14/08/2025				6ª Feira - 15/08/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM CENOURA SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA			
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA				LANCHE DE CARNE ABACAXI				VITAMINADO BANANA				PÃO COM PRESUNTO BANANA				PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	242,6496	1.705,9902	57,1421	61,1467	276,7168	2.056,4880	64,2726	99,1874	316,2418	1.927,0120	39,6441	83,2849	282,9748	1.975,3369	53,3141	84,7487	282,9632	2.015,8360	56,9404	93,9736
Média Semanal	CHO(G) 281,3093				ENERGIA(KCAL) 1.927,3312				LPD(G) 54,2627				PTN(G) 84,2671							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:
LANCHE MANHÃ: 09:00 AS 09:30 h / ALMOÇO: 11:00 AS 13:00 h / LANCHE TARDE: 14:30 AS 15:30 h
CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fatima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPRA
RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO INTEGRAL 16 - 18 ANOS (AGOSTO/2025)

34	2ª Feira - 18/08/2025				3ª Feira - 19/08/2025				4ª Feira - 20/08/2025				5ª Feira - 21/08/2025				6ª Feira - 22/08/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ESTROGONOFE CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	ARROZ DOCE				LANCHE DE FRANGO MAMÃO				VITAMINADO BANANA E MAMÃO				PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA				PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	338,3078	2.085,1706	42,1163	98,4285	284,2412	2.114,7100	85,3059	190,0872	337,2408	2.066,9800	49,8611	96,5649	222,8170	1.821,9900	77,3329	82,3533	310,1732	2.102,2380	57,6544	93,0996
Média Semanal	CHO(G) 298,5560				ENERGIA(KCAL) 2.038,0972								LPD(G) 56,6941				PTN(G) 88,6167			

35	2ª Feira - 25/08/2025				3ª Feira - 26/08/2025				4ª Feira - 27/08/2025				5ª Feira - 28/08/2025				6ª Feira - 29/08/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ALMÔDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE MAMÃO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA			
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA				LANCHE DE CARNE ABACAXI				VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO COM MUÇARELA BANANA				PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	273,7378	1.979,8320	80,2941	71,8897	275,9368	2.054,8880	84,2886	97,2874	316,6442	2.094,6900	87,1234	86,7123	294,4048	1.993,6120	59,3561	77,7129	287,9632	2.015,8360	56,9404	93,9736
Média Semanal	CHO(G) 289,7374				ENERGIA(KCAL) 2.009,7136								LPD(G) 59,4227				PTN(G) 85,3552			

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

LANCHE MANHÃ: 09:00 AS 09:30 h / ALMOÇO: 11:00 AS 13:00 h / LANCHE TARDE: 14:30 AS 15:30 h

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



SUGESTÃO DE HORÁRIOS:
LANCHE ENTRADA NOITE: 18:30 AS 19:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO NOITE: 21:00 AS 21:30 h
CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPR
RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br
CARDÁPIO EJA (AGOSTO/2025)

34	2ª Feira - 18/08/2025	3ª Feira - 19/08/2025	4ª Feira - 20/08/2025	5ª Feira - 21/08/2025	6ª Feira - 22/08/2025
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA MELÃO	PÃO	LEITE
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA
Composição Nutricional	CHO G 102,5468 ENERGIA KCal 712,5868 LPD G 14,6381 PTN G 41,7733	CHO G 121,1702 ENERGIA KCal 739,9080 LPD G 9,3839 PTN G 43,1828	CHO G 132,3000 ENERGIA KCal 824,2980 LPD G 14,0920 PTN G 43,5967	CHO G 106,0280 ENERGIA KCal 676,1901 LPD G 12,7204 PTN G 36,5336	CHO G 123,2532 ENERGIA KCal 851,9180 LPD G 19,8294 PTN G 47,0901
Média Semanal	CHO(G) 117,0596	ENERGIA(KCAL) 761,0280	LPD(G) 14,1328	PTN(G) 42,6149	

35	2ª Feira - 25/08/2025	3ª Feira - 26/08/2025	4ª Feira - 27/08/2025	5ª Feira - 28/08/2025	6ª Feira - 29/08/2025
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA	PÃO	LEITE
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO	ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE MAMÃO	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO BANANA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA
Composição Nutricional	CHO G 109,2008 ENERGIA KCal 860,2820 LPD G 28,6081 PTN G 41,0263	CHO G 111,3600 ENERGIA KCal 738,2140 LPD G 14,8573 PTN G 40,0124	CHO G 100,7742 ENERGIA KCal 790,8920 LPD G 20,0544 PTN G 31,6383	CHO G 128,4308 ENERGIA KCal 774,3401 LPD G 13,9451 PTN G 40,4265	CHO G 113,3682 ENERGIA KCal 812,8180 LPD G 19,4364 PTN G 48,3891
Média Semanal	CHO(G) 112,7508	ENERGIA(KCAL) 777,5600	LPD(G) 19,3803	PTN(G) 40,3121	

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

LANCHE ENTRADA NOITE: 18:30 AS 19:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO NOITE: 21:00 AS 21:30 h

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPRA
RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br
CARDÁPIO ETEC (AGOSTO/2025)

31													6ª Feira - 01/08/2025			
LANCHE ENTRADA													LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO													MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA LARANJA			
Composição Nutricional																
	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
Média Semanal	CHO(G) 125,0170				ENERGIA(KCAL) 880,7040				LPD(G) 21,1083				PTN(G) 49,9095			

32	2ª Feira - 04/08/2025				3ª Feira - 05/08/2025				4ª Feira - 06/08/2025				5ª Feira - 07/08/2025				6ª Feira - 08/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA MELÃO				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	106,8142	807,8620	19,8944	50,1851	142,4078	922,8008	19,9551	47,0420	128,5330	828,5440	14,1655	48,2142	113,0210	715,8420	14,5049	38,8815	128,5070	895,5940	21,4383	48,8035
Média Semanal	CHO(G) 123,7766				ENERGIA(KCAL) 834,4744				LPD(G) 17,9924				PTN(G) 46,2253							

33	2ª Feira - 11/08/2025				3ª Feira - 12/08/2025				4ª Feira - 13/08/2025				5ª Feira - 14/08/2025				6ª Feira - 15/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM CENOURA SALADA DE TOMATE BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	81,8788	676,7900	22,8931	32,1623	147,6812	923,2580	19,5439	54,3348	124,7798	834,7420	19,7681	47,4233	150,8078	891,6020	12,7071	47,4880	125,0170	880,7040	21,4383	49,9095
Média Semanal	CHO(G) 126,8329				ENERGIA(KCAL) 851,3376				LPD(G) 19,0045				PTN(G) 46,2516							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

LANCHE ENTRADA NOITE: 18:30 AS 19:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO NOITE: 20:30 AS 21:00 h

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPRA
RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-006
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br
CARDÁPIO ETEC (AGOSTO/2025)

34	2ª Feira - 18/08/2025				3ª Feira - 19/08/2025				4ª Feira - 20/08/2025				5ª Feira - 21/08/2025				6ª Feira - 22/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA MELÃO				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	111,3466	839,7000	21,4576	50,1587	120,6278	797,1620	18,8631	38,7920	128,1330	828,5440	14,1895	48,2142	134,8010	845,000	15,5969	45,1316	128,5076	893,5040	21,4383	48,8035
Média Semanal	CHO(G) 124,6831				ENERGIA(KCAL) 840,8820								LPD(G) 18,3050				PTN(G) 46,2200			

35	2ª Feira - 25/08/2025				3ª Feira - 26/08/2025				4ª Feira - 27/08/2025				5ª Feira - 28/08/2025				6ª Feira - 29/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE MAMÃO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	95,8186	836,4790	32,5956	34,8727	125,9012	847,6120	18,4539	46,8848	104,4282	723,4890	20,9664	32,2831	144,5548	876,1120	15,1443	48,1863	125,0170	888,7040	23,5883	49,9095
Média Semanal	CHO(G) 119,9440				ENERGIA(KCAL) 832,8816								LPD(G) 21,6539				PTN(G) 42,5033			

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

LANCHE ENTRADA NOITE: 18:30 AS 19:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO NOITE: 20:30 AS 21:00 h

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361