



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 (JUNHO/2025)

23	2ª Feira - 02/06/2025				3ª Feira - 03/06/2025				4ª Feira - 04/06/2025				5ª Feira - 05/06/2025				6ª Feira - 06/06/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE PEPINO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE TOMATE 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
	99,4234	712,6460	17,7282	37,9891	101,9208	684,1120	16,2953	33,5986	108,9248	685,7100	15,5761	32,6478	106,2616	686,1940	13,7908	36,5254	119,6768	837,3150	19,7841	47,3113
Média Semanal	CHO(G) 107,2415				ENERGIA(KCAL) 721,1954				LPD(G) 16,6353				PTN(G) 37,6144							

24	2ª Feira - 09/06/2025				3ª Feira - 10/06/2025				4ª Feira - 11/06/2025				5ª Feira - 12/06/2025				6ª Feira - 13/06/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA TANGERINA				PÃO				LEITE MAÇÃ			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE TOMATE BANANA				CACHORRO-QUENTE SUCO DE MARACUJÁ			
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
	101,7304	754,4900	23,1475	35,7016	110,4224	754,8120	17,4467	39,9558	115,7470	707,5280	11,9920	37,6972	130,1214	802,1440	14,8305	40,3198	112,2325	805,8560	29,2585	26,8059
Média Semanal	CHO(G) 114,0507				ENERGIA(KCAL) 764,9660				LPD(G) 19,3350				PTN(G) 36,0961							

25	2ª Feira - 16/06/2025				3ª Feira - 17/06/2025				4ª Feira - 18/06/2025				5ª Feira - 19/06/2025				6ª Feira - 20/06/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA											
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE TANGERINA				FERIADO MUNICIPAL				PONTO FACULTATIVO			
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								
	103,3108	752,8000	22,3228	36,0399	135,9294	849,1940	17,0320	42,3178	115,9658	755,1950	14,7771	41,6943								
Média Semanal	CHO(G) 118,4020				ENERGIA(KCAL) 785,7297				LPD(G) 18,0440				PTN(G) 40,0173							

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



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 ENSINO FUNDAMENTAL 11 - 15 ANOS (JUNHO/2025)

26	2ª Feira - 23/06/2025				3ª Feira - 24/06/2025				4ª Feira - 25/06/2025				5ª Feira - 26/06/2025				6ª Feira - 27/06/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA MAMÃO				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM SELETA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE TOMATE				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA 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
	91,9444	735,3900	24,9725	37,4161	88,5616	615,6940	13,6108	35,1154	107,7970	676,0080	12,1420	36,4072	124,5498	711,1100	11,9041	33,1408	110,1218	800,4150	19,7931	47,8683
Média Semanal	CHO(G) 104,5949				ENERGIA(KCAL) 708,1234				LPD(G) 16,4045				PTN(G) 37,9896							

27	2ª Feira - 30/06/2025							
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE							
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO							
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G				
	102,1624	788,1200	26,8225	34,6101				
Média Semanal	CHO(G) 102,1624		ENERGIA(KCAL) 788,1200		LPD(G) 26,8225		PTN(G) 34,6101	

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



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 ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL 11 - 15 ANOS (JUNHO/2025)

23	2ª Feira - 02/06/2025				3ª Feira - 03/06/2025				4ª Feira - 04/06/2025				5ª Feira - 05/06/2025				6ª Feira - 06/06/2025			
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 CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA				LANCHE DE CARNE ABACAXI				VITAMINADO BANANA				PÃO MACIO COM REQUEIJÃO LARANJA				PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCal	LPO G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPO G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPO G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPO G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPO G	PTN G
	241,8388	1.672,1040	49,9811	67,5447	248,5736	1.758,2520	52,1247	79,3282	256,6128	1.618,1810	37,8141	66,3589	189,4250	1.543,9820	61,8409	61,7973	275,6192	1.747,8720	38,3064	82,5731
Média Semanal	CHO(G) 242,4139				ENERGIA(KCal) 1.668,0782				LPD(G) 48,0094				PTN(G) 72,1204							

24	2ª Feira - 09/06/2025				3ª Feira - 10/06/2025				4ª Feira - 11/06/2025				5ª Feira - 12/06/2025				6ª Feira - 13/06/2025			
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 CARNE BOVINA COM ABOBRINHA SALADA DE CHICÓRIA TANGERINA				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA LARANJA			
LANCHE TARDE	DANETE				LANCHE DE FRANGO MELÃO				VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO COM MUÇARELA BANANA				CACHORRO-QUENTE SUÇO DE MARACUJÁ			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCal	LPO G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPO G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPO G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPO G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPO G	PTN G
	277,5548	1.720,5820	40,7681	84,5292	235,8778	1.676,2320	46,7676	82,0199	261,8974	1.699,0260	38,1837	83,6993	220,6768	1.654,4720	58,3811	68,3883	305,8965	1.950,2410	41,1208	94,7714
Média Semanal	CHO(G) 260,3807				ENERGIA(KCal) 1.740,1106				LPD(G) 45,0443				PTN(G) 78,6816							

25	2ª Feira - 16/06/2025				3ª Feira - 17/06/2025				4ª Feira - 18/06/2025				5ª Feira - 19/06/2025				6ª Feira - 20/06/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO											
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO REFOGADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE TANGERINA				FERIADO MUNICIPAL				PONTO FACULTATIVO			
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA				LANCHE DE CARNE BANANA				VITAMINADO BANANA E MAMÃO											
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCal	LPO G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPO G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPO G	PTN G								
	224,3002	1.590,6920	54,8534	55,5985	271,4542	1.880,0320	52,0899	89,2787	283,5092	1.772,9320	33,6994	92,7831								
Média Semanal	CHO(G) 259,7545				ENERGIA(KCal) 1.747,8853				LPD(G) 46,8809				PTN(G) 79,2198							

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 (JUNHO/2025)

26	2ª Feira - 23/06/2025				3ª Feira - 24/06/2025				4ª Feira - 25/06/2025				5ª Feira - 26/06/2025				6ª Feira - 27/06/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIÓCA FRANGO COM SELETA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIÓCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO CARIÓCA FRANGO COM BATATA SALADA DE PEPINO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO CARIÓCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA			
LANCHE TARDE	CANJICA				LANCHE DE FRANGO MELÃO				VITAMINADO DE MAÇÃ				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
	289,1948	1.920,5548	49,6781	86,4857	214,8490	1.565,8920	45,5344	77,5695	261,5846	1.716,6328	44,2892	73,8490	256,9338	1.785,1010	58,2301	66,4709	253,2442	1.660,8720	37,5914	82,7681
Média Semanal	CHO(G) 255,1613				ENERGIA(KCAL) 1.729,8102				LPD(G) 47,0642				PTN(G) 77,4286							

27	2ª Feira - 30/06/2025							
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ							
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO							
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA							
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G				
	237,5658	1.761,5040	66,2206	59,9167				
Média Semanal	CHO(G) 237,5658		ENERGIA(KCAL) 1.761,5040		LPD(G) 66,2206		PTN(G) 59,9167	

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 MÉDIO 16 - 18 ANOS (JUNHO/2025)

23	2ª Feira - 02/06/2025				3ª Feira - 03/06/2025				4ª Feira - 04/06/2025				5ª Feira - 05/06/2025				6ª Feira - 06/06/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE PEPINO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE TOMATE 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	51,9977	141,5872	914,3100	19,1334	46,2138	125,3898	830,5420	18,5081	47,1103	139,6590	708,2400	7,1079	25,6316	129,3988	886,9620	20,2731	49,2393
Média Semanal	CHO(G) 131,6863				ENERGIA(KCAL) 844,9128				LPD(G) 17,1291				PTN(G) 44,0389							

24	2ª Feira - 09/06/2025				3ª Feira - 10/06/2025				4ª Feira - 11/06/2025				5ª Feira - 12/06/2025				6ª Feira - 13/06/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA TANGERINA				PÃO				LEITE MAÇÃ			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE TOMATE BANANA				CACHORRO-QUENTE SUCO DE MARACUJÁ			
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
	93,8788	704,0500	21,9591	32,8163	143,3556	943,6000	19,1930	51,3694	140,6230	871,8440	14,6195	49,0642	138,0978	833,5600	12,7231	44,9133	130,9495	902,5030	30,6810	30,6459
Média Semanal	CHO(G) 129,3809				ENERGIA(KCAL) 851,1114				LPD(G) 19,8351				PTN(G) 41,7618							

25	2ª Feira - 16/06/2025				3ª Feira - 17/06/2025				4ª Feira - 18/06/2025				5ª Feira - 19/06/2025				6ª Feira - 20/06/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA											
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE TANGERINA				FERIADO MUNICIPAL				PONTO FACULTATIVO			
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								
	113,2372	793,4600	21,9414	37,0861	145,0606	878,5400	15,7367	43,7676	132,4878	830,6820	15,2661	44,3023								
Média Semanal	CHO(G) 130,2619				ENERGIA(KCAL) 834,2273				LPD(G) 17,6481				PTN(G) 41,7187							

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



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 (JUNHO/2025)

26	2ª Feira - 23/06/2025				3ª Feira - 24/06/2025				4ª Feira - 25/06/2025				5ª Feira - 26/06/2025				6ª Feira - 27/06/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA MAMÃO				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM SELETA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE TOMATE				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA 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
	123,1708	845,5500	22,3911	40,6123	116,0590	614,2400	6,8679	23,7516	130,0230	832,4840	14,8195	47,3443	136,8648	835,9420	14,7841	47,3533	125,9088	874,1620	19,9431	50,3453
Média Semanal	CHO(G) 126,4053				ENERGIA(KCAL) 801,2756				LPD(G) 15,7611				PTN(G) 41,8813							

27	2ª Feira - 30/06/2025							
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE							
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO							
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G				
	119,4208	913,5500	30,1241	41,4043				
Média Semanal	CHO(G) 119,4208		ENERGIA(KCAL) 913,5500		LPD(G) 30,1241		PTN(G) 41,4043	

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



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 ENSINO MÉDIO INTEGRAL 16 - 18 ANOS (JUNHO/2025)

23	2ª Feira - 02/06/2025				3ª Feira - 03/06/2025				4ª Feira - 04/06/2025				5ª Feira - 05/06/2025				6ª Feira - 06/06/2025			
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 CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA				LANCHE DE CARNE ABACAXI				VITAMINADO BANANA				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
	280,0078	1.876,0700	53,8441	76,5897	288,0132	2.120,5780	67,6179	93,8812	316,2418	1.927,0120	39,6441	83,2949	224,4350	1.719,3900	62,8529	67,3293	310,1732	2.102,2360	57,6544	93,0996
Média Semanal	CHO(G) 283,7742				ENERGIA(KCAL) 1.949,0572								LPD(G) 55,9227				PTN(G) 83,3529			

24	2ª Feira - 09/06/2025				3ª Feira - 10/06/2025				4ª Feira - 11/06/2025				5ª Feira - 12/06/2025				6ª Feira - 13/06/2025			
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 CARNE BOVINA COM ABOBRINHA SALADA DE CHICÓRIA TANGERINA				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA LARANJA			
LANCHE TARDE	DANETE				LANCHE DE FRANGO MELÃO				VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO COM MUÇARELA BANANA				CACHORRO-QUENTE SUCO DE MARACUJÁ			
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
	289,1998	1.835,5900	45,1446	70,5997	278,6768	2.083,4200	62,8426	103,9374	330,4122	2.009,8620	39,2704	91,0685	253,9888	1.844,8380	59,3731	77,8418	347,5747	2.234,0320	48,9374	107,9875
Média Semanal	CHO(G) 300,4305				ENERGIA(KCAL) 2.001,9484				LPD(G) 51,1136				PTN(G) 90,6910							

25	2ª Feira - 16/06/2025				3ª Feira - 17/06/2025				4ª Feira - 18/06/2025				5ª Feira - 19/06/2025				6ª Feira - 20/06/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO											
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO REFOGADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE TANGERINA				FERIADO MUNICIPAL				PONTO FACULTATIVO			
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA				LANCHE DE CARNE BANANA				VITAMINADO BANANA E MAMÃO											
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								
	270,8022	1.864,2000	58,8774	88,5975	272,4816	1.956,8880	60,3892	86,9440	363,5732	2.211,9960	42,3704	107,5251								
Média Semanal	CHO(G) 302,2857				ENERGIA(KCAL) 2.010,9613								LPD(G) 53,8790				PTN(G) 88,0222			

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 MÉDIO INTEGRAL 16 - 18 ANOS (JUNHO/2025)

26	2ª Feira - 23/06/2025				3ª Feira - 24/06/2025				4ª Feira - 25/06/2025				5ª Feira - 26/06/2025				6ª Feira - 27/06/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM SELETA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE PEPINO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA			
LANCHE TARDE	CANJICA				LANCHE DE FRANGO MELÃO				VITAMINADO DE MAÇÃ				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
	329,0478	2.368,3200	56,5293	93,5897	250,6560	1.877,5200	57,7504	90,0090	327,2582	2.068,8800	49,9844	87,8765	282,8618	1.910,9120	56,5761	74,8529	287,9632	2.015,8360	56,9404	93,9736
Média Semanal	CHO(G) 295,5574				ENERGIA(KCAL) 2.008,3736				LPD(G) 55,3561				PTN(G) 88,2403							

27	2ª Feira - 30/06/2025							
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ							
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ALMÔDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO							
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA							
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G				
	273,7378	1.979,8320	69,2641	71,0897				
Média Semanal	CHO(G) 273,7378		ENERGIA(KCAL) 1.979,8320		LPD(G) 69,2641		PTN(G) 71,0897	

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 EJA (JUNHO/2025)

23	2ª Feira - 02/06/2025				3ª Feira - 03/06/2025				4ª Feira - 04/06/2025				5ª Feira - 05/06/2025				6ª Feira - 06/06/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE PEPINO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE TOMATE 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
	102,5468	712,5860	14,6581	41,7733	120,7432	738,2040	9,3014	43,4936	108,6756	733,1940	17,5691	39,6835	106,7800	679,6340	12,8004	36,5956	123,2532	851,9180	19,8294	47,9901
Média Semanal	CHO(G) 112,3998				ENERGIA(KCAL) 743,1072				LPD(G) 14,8317				PTN(G) 41,9073							

24	2ª Feira - 09/06/2025				3ª Feira - 10/06/2025				4ª Feira - 11/06/2025				5ª Feira - 12/06/2025				6ª Feira - 13/06/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA TANGERINA				PÃO				LEITE MAÇÃ			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE TOMATE BANANA				CACHORRO-QUENTE SUCO DE MARACUJÁ			
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
	94,1568	676,2620	19,6341	31,0918	112,2850	739,7140	14,8748	40,3874	145,5100	869,0180	13,6620	45,0167	120,8468	757,3320	13,2121	41,6353	108,7215	789,6500	29,3360	26,0079
Média Semanal	CHO(G) 116,3044				ENERGIA(KCAL) 766,5592				LPD(G) 18,1438				PTN(G) 36,8278							

25	2ª Feira - 16/06/2025				3ª Feira - 17/06/2025				4ª Feira - 18/06/2025				5ª Feira - 19/06/2025				6ª Feira - 20/06/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA											
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE TANGERINA				FERIADO MUNICIPAL				PONTO FACULTATIVO			
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								
	101,8072	736,0320	21,4144	35,1601	125,0818	800,3740	16,8602	41,2016	119,5422	769,7980	14,8224	42,3731								
Média Semanal	CHO(G) 115,4770				ENERGIA(KCAL) 768,7347				LPD(G) 17,6990				PTN(G) 39,5783							

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 EJA (JUNHO/2025)

26	2ª Feira - 23/06/2025				3ª Feira - 24/06/2025				4ª Feira - 25/06/2025				5ª Feira - 26/06/2025				6ª Feira - 27/06/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA MAMÃO				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM SELETA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE TOMATE				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				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
	97,3708	744,3820	23,5301	38,3063	89,0800	609,1340	12,6204	35,1856	133,4100	824,2980	13,7620	43,4767	128,4508	774,5940	13,9451	40,4265	113,3682	813,8180	19,4364	48,3891
Média Semanal	CHO(G) 112,3360				ENERGIA(KCAL) 753,2452				LPD(G) 16,6588				PTN(G) 41,1568							

27	2ª Feira - 30/06/2025							
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE							
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO							
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G				
	109,2008	860,2820	28,6081	41,0763				
Média Semanal	CHO(G) 109,2008		ENERGIA(KCAL) 860,2820		LPD(G) 28,6081		PTN(G) 41,0763	

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 (JUNHO/2025)

23	2ª Feira - 02/06/2025				3ª Feira - 03/06/2025				4ª Feira - 04/06/2025				5ª Feira - 05/06/2025				6ª Feira - 06/06/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE PEPINO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE TOMATE 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	21,4570	50,1587	139,4198	909,6000	19,7031	46,6060	124,7798	834,7420	18,7681	47,4233	137,7890	858,7000	15,8489	45,5676	128,5070	893,5040	21,4383	48,8035
Média Semanal	CHO(G) 128,3684				ENERGIA(KCAL) 867,2492				LPD(G) 19,4431				PTN(G) 47,7118							

24	2ª Feira - 09/06/2025				3ª Feira - 10/06/2025				4ª Feira - 11/06/2025				5ª Feira - 12/06/2025				6ª Feira - 13/06/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA TANGERINA				PÃO				LEITE MAÇÃ			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE TOMATE BANANA				CACHORRO-QUENTE SUCO DE MARACUJÁ			
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
	85,8788	676,3900	22,8931	32,1023	147,8812	973,2500	19,5459	54,3348	148,1430	899,9040	13,7395	50,3142	146,4928	940,6780	16,9391	54,6313	130,9495	902,5030	30,6810	30,6459
Média Semanal	CHO(G) 131,8291				ENERGIA(KCAL) 878,5450				LPD(G) 20,7597				PTN(G) 44,4057							

25	2ª Feira - 16/06/2025				3ª Feira - 17/06/2025				4ª Feira - 18/06/2025				5ª Feira - 19/06/2025				6ª Feira - 20/06/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA											
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE TANGERINA				FERIADO MUNICIPAL				PONTO FACULTATIVO			
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								
	105,2372	765,8000	22,8754	36,3721	143,5896	908,2000	18,1607	47,6356	131,5960	837,2240	16,4313	43,8665								
Média Semanal	CHO(G) 126,8076				ENERGIA(KCAL) 837,0747				LPD(G) 19,1558				PTN(G) 42,6247							

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 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 ETEC (JUNHO/2025)

26	2ª Feira - 23/06/2025				3ª Feira - 24/06/2025				4ª Feira - 25/06/2025				5ª Feira - 26/06/2025				6ª Feira - 27/06/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA MAMÃO				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM SELETA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE TOMATE				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA 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
	100,8008	782,9900	25,9911	39,5183	114,1890	764,7000	15,6089	43,6876	129,3430	828,5440	13,8395	48,0942	144,5548	876,1420	15,1441	48,1663	125,0170	880,7040	21,1063	49,9096
Média Semanal	CHO(G) 122,7609				ENERGIA(KCAL) 826,6160				LPD(G) 18,3384				PTN(G) 45,8752							

27	2ª Feira - 30/06/2025							
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE							
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO							
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G				
	99,8186	836,4700	32,5950	36,0727				
Média Semanal	CHO(G) 99,8186		ENERGIA(KCAL) 836,4700		LPD(G) 32,5950		PTN(G) 36,0727	

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