



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 CRECHE 7 - 11 MESES (NOVEMBRO/2025)

45	2ª Feira - 03/11/2025				3ª Feira - 04/11/2025				4ª Feira - 05/11/2025				5ª Feira - 06/11/2025				6ª Feira - 07/11/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO DE TAPIOCA			
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM ERVILHA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA ALFACE MAMÃO				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA MELANCIA				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE ALMEIRÃO ABACAXI				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA GOIABA			
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE				BOLO COCO				BOLINHO DE CARNE				OMELETE COM AVEIA				BOLO MAÇÃ			
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				MACARRONADA CARNE À BOLONHESA				SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO				SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES			
Composição Nutricional	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG
	417,8869	94,3310	646,1000	3,2632	330,6132	115,3341	787,6700	3,6085	286,6027	76,3618	555,0180	4,5264	307,9527	78,7916	644,3360	4,3392	316,2374	112,0204	722,6530	4,5613
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG
	17,6707	29,2587	589,1220	30,6526	19,2013	32,5824	443,3000	42,0386	14,5877	30,6315	476,4000	37,6942	21,1536	38,7095	309,8790	57,6072	16,0700	33,9807	513,9545	27,8726
Média Semanal	CA(MG) 334,2552		CHO(G) 95,5478		ENERGIA(KCAL) 665,9372		FE(MG) 4,1153		LPD(G) 17,7328		PTN(G) 32,6342		VIT A(MCG) 460,5471		VIT C(MG) 39,1750					

46	2ª Feira - 10/11/2025				3ª Feira - 11/11/2025				4ª Feira - 12/11/2025				5ª Feira - 13/11/2025				6ª Feira - 14/11/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE AVEIA				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PANQUECA DE MAÇÃ			
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE BANANA				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE LARANJA			
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM CARNE				MUFFIN DE COUVE COM TOMATE				OVOS MEXIDOS				QUIBE				BOLO BANANA			
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				POLENTA COM FRANGO MOLHO				SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES				PURÊ BATATA COM CARNE MOÍDA MOLHO				SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES			
Composição Nutricional	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG
	321,5681	80,9576	620,5110	4,2301	312,6978	104,1340	757,5560	4,3286	302,4171	61,1387	509,8070	3,5606	295,1846	94,4476	654,7870	4,1012	336,7898	98,7369	690,3720	4,5873
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG
	17,4245	29,2572	811,6360	25,2258	26,5560	28,3852	388,0600	37,7503	16,7473	28,6735	228,4185	28,1372	17,6161	33,6321	129,4330	30,4284	17,8730	35,7969	484,2685	56,9056
Média Semanal	CA(MG) 315,1255		CHO(G) 89,4028		ENERGIA(KCAL) 646,6068		FE(MG) 4,2255		LPD(G) 19,2434		PTN(G) 31,1494		VIT A(MCG) 368,4006		VIT C(MG) 37,7704					

SUGESTÃO DE HORÁRIOS: LANCHE MANHÃ: 07:00 AS 08:00 h / ALMOÇO: 10:30 AS 11:30 h / LANCHE TARDE: 13:30 AS 14:00 h / JANTAR: 15:30 AS 16:30 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 CRECHE 7 - 11 MESES (NOVEMBRO/2025)

47	2ª Feira - 17/11/2025				3ª Feira - 18/11/2025				4ª Feira - 19/11/2025				5ª Feira - 20/11/2025				6ª Feira - 21/11/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE CENOURA											
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM SELETA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE COUVE MANTEIGA LARANJA				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA				FERIADO NACIONAL				PONTO FACULTATIVO			
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE				BOLO COCO				OMELETE COM AVEIA											
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO				SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES											
Composição Nutricional	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG								
	414,4709	93,1271	631,6000	3,0605	343,6279	115,4641	762,3660	4,2057	318,7676	115,9745	750,2750	4,3009								
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG								
	17,1359	27,9474	562,0170	31,1576	20,0491	33,0159	255,7130	60,5406	16,9763	35,6457	632,7610	40,5456								
Média Semanal	CA(MG) 358,9555		CHO(G) 108,1952		ENERGIA(KCAL) 714,7537		FE(MG) 3,8560		LPD(G) 18,0537		PTN(G) 32,2696		VIT A(MCG) 483,5070		VIT C(MG) 44,0816					



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: informacao@pederneiras.sp.gov.br

CARDÁPIO CRECHE 1 - 3 ANOS (NOVEMBRO/2025)

45	2ª Feira - 03/11/2025	3ª Feira - 04/11/2025	4ª Feira - 05/11/2025	5ª Feira - 06/11/2025	6ª Feira - 07/11/2025
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO DE TAPIOCA
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJOÃO FRANGO COM ERVILHA SALADA DE REPOLHO MACÁ	ARROZ BRANCO FEIJOÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA ALFACE MAMÃO	ARROZ BRANCO FEIJOÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA MELANCIA	ARROZ BRANCO FEIJOÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE ALMEIRÃO ABACAXI	MACARONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇEGA GOIABA
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLO COCO	BOLINHO DE CARNE	OMELETE COM AVEIA	BOLO MACÁ
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	MACARONADA CARNE À BOLONHESA	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	POLENTA COM CARNE MOIDA MOLHO	SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES
Composição					
Nutricional					
Média Semanal					
CA(MG) 391,7241					
CHO(G) 130,6044					
ENERGIA(KCAL) 877,3716					
FE(MG) 6,8360					
LPD(G) 21,5280					
PTN(G) 42,2262					
VIT A(MCG) 604,8532					
VIT C(MG) 53,9647					
CA	452,0366	449,2663	449,4756	426,1170	362,2428
CHO	120,1887	149,2663	125,6720	926,0930	131,0777
ENERGIA	800,6690	955,0090	840,4340	7,3026	855,9590
FE	5,7365	6,5063	6,6271	MG	MG
CA	21,9963	42,0341	43,6407	CA	20,0410
CHO	387,3267	610,7410	586,4990	CHO	41,2510
ENERGIA	32,8888	42,0341	43,6407	ENERGIA	1,003,8050
FE	32,8888	42,0341	43,6407	FE	41,8530

46	2ª Feira - 10/11/2025	3ª Feira - 11/11/2025	4ª Feira - 12/11/2025	5ª Feira - 13/11/2025	6ª Feira - 14/11/2025
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE AVEIA	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PANQUECA DE MACÁ
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJOÃO CARNE MOIDA REFOGADA SALADA DE REPOLHO MACÁ	ARROZ BRANCO FEIJOÃO PERNIL COM MANIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJOÃO CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ BRANCO FEIJOÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE BANANA	MACARONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE LARANJA
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM CARNE	MUFFIN DE COUVE COM TOMATE	OVOS MEXIDOS	QUIBE	BOLO BANANA
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	POLENTA COM FRANGO MOLHO	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	PURÊ BATATA COM CARNE MOIDA MOLHO	SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES
Composição					
Nutricional					
Média Semanal					
CA(MG) 377,5327					
CHO(G) 125,7699					
ENERGIA(KCAL) 885,3760					
FE(MG) 6,7869					
LPD(G) 25,1513					
PTN(G) 41,6541					
VIT A(MCG) 476,0959					
VIT C(MG) 51,9548					
CA	374,7664	365,2534	359,8612	356,2174	397,0764
CHO	112,2702	140,4697	125,8803	127,7779	122,4518
ENERGIA	855,1900	967,2404	840,8190	696,2940	665,4540
FE	6,7385	6,8239	6,8239	6,9787	6,9787
CA	36,8892	42,0341	42,9522	43,6035	23,5344
CHO	29,9967	37,0553	32,9697	43,6035	44,2730
ENERGIA	36,8892	42,0341	42,9522	43,6035	44,2730
FE	36,8892	42,0341	42,9522	43,6035	44,2730

SUGESTÃO DE HORÁRIOS: LANCHE MANHÃ: 07:00 AS 08:00 h / ALMOÇO: 10:30 AS 11:30 h / LANCHE TARDE: 13:30 AS 14:00 h / JANTAR: 15:30 AS 16:30 h

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 CRECHE 1 - 3 ANOS (NOVEMBRO/2025)

47	2ª Feira - 17/11/2025	3ª Feira - 18/11/2025	4ª Feira - 19/11/2025	5ª Feira - 20/11/2025	6ª Feira - 21/11/2025
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE CENOURA		
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJO FRANGO COM SELETA SALADA DE REPOLHO MACÁ	ARROZ BRANCO ENSOPADO DE FEIJO SALADA COUVE MANTEIGA LARANJA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA	FERIADO NACIONAL	PONTO FACULTATIVO
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLU COCO	OMELETE COM AVEIA		
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	POLENTA COM CARNE MOIDA MOLHO	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES		
Composição Nutricional	CA (MG)	370,854	347,280	443,7280	20,8504
	CHO (G)	5,3760	420,6818	32,1982	20,8504
	FE (MG)	5,3760	420,6818	32,1982	20,8504
Composição Nutricional	CA (MG)	370,854	347,280	443,7280	20,8504
	CHO (G)	5,3760	420,6818	32,1982	20,8504
	FE (MG)	5,3760	420,6818	32,1982	20,8504
Semanal					
408,2301					
133,5284					
865,3620					
5,6912					
20,8636					
38,5206					
492,3623					
VIT A(MCG)					
60,8655					
VIT C(MG)					

48	2ª Feira - 24/11/2025	3ª Feira - 25/11/2025	4ª Feira - 26/11/2025	5ª Feira - 27/11/2025	6ª Feira - 28/11/2025
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE AVEIA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE TAPIOCA
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJO ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO MACÁ	ARROZ BRANCO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJO CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ BRANCO FEIJO FRANGO COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA MAMÃO	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM FRANGO	MUFFIN DE COUVE COM TOMATE	OVOS MEXIDOS	QUIBE	BOLU MACÁ
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	POLENTA COM FRANGO MOLHO	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	PURÊ BATATA COM CARNE MOIDA MOLHO	SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES
Composição Nutricional	CA (MG)	355,8564	139,8952	961,6640	6,3264
	CHO (G)	6,9683	397,2612	114,9603	632,4760
	FE (MG)	6,9683	397,2612	114,9603	632,4760
Composição Nutricional	CA (MG)	355,8564	139,8952	961,6640	6,3264
	CHO (G)	6,9683	397,2612	114,9603	632,4760
	FE (MG)	6,9683	397,2612	114,9603	632,4760
Semanal					
371,6026					
123,9925					
864,6174					
6,6329					
23,9703					
40,7563					
478,8113					
VIT A(MCG)					
47,1338					
VIT C(MG)					

SUGESTÃO DE HORÁRIOS: LANCHE MANHÃ: 07:00 AS 08:00 h / ALMOÇO: 10:30 AS 11:30 h / LANCHE TARDE: 13:30 AS 14:00 h / JANTAR: 15:30 AS 16:30 h

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 PRÉ ESCOLA 4 - 5 ANOS (NOVEMBRO/2025)

45	2ª Feira - 03/11/2025				3ª Feira - 04/11/2025				4ª Feira - 05/11/2025				5ª Feira - 06/11/2025				6ª Feira - 07/11/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE BANANA			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM ERVILHA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE MAMÃO				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA MELANCIA				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE ALMEIRÃO ABACAXI				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA GOIABA			
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
	78,6383	443,7570	0,9705	16,2776	75,6180	508,0430	12,5602	24,2929	78,6294	465,2700	0,2605	20,0334	72,2253	469,0350	10,8713	22,3106	86,0942	472,0560	7,0806	19,4279
Média Semanal	CHO(G) 78,2210				ENERGIA(KCAL) 471,5522				LPD(G) 9,5759				PTN(G) 20,4699							

46	2ª Feira - 10/11/2025				3ª Feira - 11/11/2025				4ª Feira - 12/11/2025				5ª Feira - 13/11/2025				6ª Feira - 14/11/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE LARANJA			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE BANANA				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE 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
	73,7231	426,5060	7,4377	19,0371	81,0040	485,4500	9,9933	19,5024	89,1529	576,1010	12,9297	27,1384	93,1475	540,6000	11,5198	20,0593	62,0142	390,1560	6,7608	18,5859
Média Semanal	CHO(G) 79,8085				ENERGIA(KCAL) 481,7626				LPD(G) 9,7282				PTN(G) 21,0800							

47	2ª Feira - 17/11/2025				3ª Feira - 18/11/2025				4ª Feira - 19/11/2025				5ª Feira - 20/11/2025				6ª Feira - 21/11/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE CENOURA											
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM SELETA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO SALADA DE COUVE MANTEIGA LARANJA				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA BANANA				FERIADO NACIONAL				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								
	77,4404	445,5720	0,4654	15,6875	69,1158	455,7100	12,3656	10,5600	90,5713	525,5690	9,3624	22,3517								
Média Semanal	CHO(G) 79,0424				ENERGIA(KCAL) 475,6170				LPD(G) 10,3978				PTN(G) 19,1997							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

LANCHE ENTRADA MANHÃ: 07:30 AS 08:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO MANHÃ: 10:00 AS 11:00 h

LANCHE ENTRADA TARDE: 13:00 AS 13:30 h / REFEIÇÃO PADRÃO TARDE: 15:00 AS 16:00 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 17280-000
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

CARDÁPIO PRÉ ESCOLA 4 - 5 ANOS (NOVEMBRO/2025)

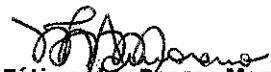
48	2ª Feira - 24/11/2025				3ª Feira - 25/11/2025				4ª Feira - 26/11/2025				5ª Feira - 27/11/2025				6ª Feira - 28/11/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE BANANA			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA MAMÃO				MACARRONADA 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
	72,9452	413,9250	7,6931	17,3792	66,9094	425,7170	8,7756	18,2674	95,3329	612,3050	13,9677	28,2994	79,0694	465,8700	6,2708	19,9324	89,9342	466,8560	7,5285	20,1999
Média Semanal	CHO(G) 81,4382				ENERGIA(KCAL) 481,3538				LPD(G) 9,1272				PTN(G) 20,8115							

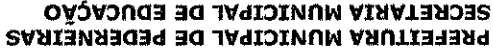
SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

LANCHE ENTRADA MANHÃ: 07:30 AS 08:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO MANHÃ: 10:00 AS 11:00 h

LANCHE ENTRADA TARDE: 13:00 AS 13:30 h / REFEIÇÃO PADRÃO TARDE: 15:00 AS 16:00 h

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPRA

ROA SIQUEIRA CAMPOS SUL-04 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 13.280-000
Fones: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

ESCOLA INTEGRAL 04-05 ANOS (NOVEMBRO/20

.....

CARDÁPIO PRÉ ESCOLA INTEGRAL 04-05 ANOS (NOVEMBRO/2025)

[illegible][illegible][illegible]

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:
LANCHE MANHÃ: 10:00 AS
CARDÁPIOS SUJEITOS A AL

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 PRÉ ESCOLA INTEGRAL 04-05 ANOS (NOVEMBRO/2025)

48	2ª Feira - 24/11/2025	3ª Feira - 25/11/2025	4ª Feira - 26/11/2025	5ª Feira - 27/11/2025	6ª Feira - 28/11/2025
LANCHE MANHÃ	LEITE MAÇÃ	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE BANANA
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO	ARROZ BRANCO FEIJÃO POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA	MACARRONADA PICADINHO CARNE NO MOLHO SALADA DE ALFACE
LANCHE TARDE	PÃO MAÇÃ	PÃO ABACAXI	PÃO MELÃO	PÃO MAMÃO	PÃO BANANA
Composição Nutricional	CHO(g) 161,0436 ENERGIA 1.009,0320 KCAL 17,4442 LPO 53,5074 PTN 159,2652	CHO(g) 1.051,5230 ENERGIA 24,1976 LPO 50,6690 PTN 104,5489	CHO(g) 1.120,7770 ENERGIA 21,3055 LPO 51,5501 PTN 175,5523	CHO(g) 1.072,0050 ENERGIA 21,9362 LPO 44,8316 PTN 163,0208	CHO(g) 1.081,9860 ENERGIA 36,5671 LPO 52,2713 PTN 151,1873
Média Semanal	CHO(g) 172,7062			LPD(g) 20,2901	

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:
LANCHE MANHÃ: 10:00 AS 10:30 h / ALMOÇO: 12:00 AS 12:30 h / LANCHE TARDE: 14:35 AS 15:05 h
CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES

Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL 6 - 10 ANOS (NOVEMBRO/2025)

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

45	2ª Feira - 03/11/2025	3ª Feira - 04/11/2025	4ª Feira - 05/11/2025	5ª Feira - 06/11/2025	6ª Feira - 07/11/2025
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA	PÃO	LEITE
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM ERVILHA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE	ARROZ FRANGO COM BATATA SALADA DE CHICORIA MELANCIA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE ALMEIRÃO ABACAXI	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACEGA GOIABA
Composição Nutricional	CHO 68,8964 G 17,5935 ENERGIA 557,1620 KCAL 72,2798 LPO 26,7946 PTN 9,4773	CHO 483,6600 G 27,2373 ENERGIA 9,4773 KCAL 27,2373 LPO 81,2682 PTN 524,8820	CHO 9,8916 G 26,1024 ENERGIA 83,2726 KCAL 83,2726 LPO 531,8920 PTN 10,8243	CHO 100,3182 G 27,2206 ENERGIA 100,3182 KCAL 27,2206 LPO 531,8920 PTN 10,8243	CHO 826,6220 G 12,0256 ENERGIA 12,0256 KCAL 30,4249 LPO 30,4249 PTN 30,4249
Média Semanal	CHO(G) 81,2980	ENERGIA(KCAL) 540,7156	LPD(G) 11,9485	PTN(G) 27,9800	

46	2ª Feira - 10/11/2025	3ª Feira - 11/11/2025	4ª Feira - 12/11/2025	5ª Feira - 13/11/2025	6ª Feira - 14/11/2025
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA	PÃO	LEITE
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE BANANA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE LARANJA
Composição Nutricional	CHO 79,7894 G 19,2685 ENERGIA 557,1020 KCAL 76,9142 LPO 22,6131 PTN 11,2911	CHO 523,9320 G 28,2701 ENERGIA 76,9666 KCAL 28,2701 LPO 801,7140	CHO 21,3602 G 13,4550 ENERGIA 76,9666 KCAL 21,3602 LPO 50,6742 PTN 11,4701	CHO 24,3491 G 55,0720 ENERGIA 11,4701 KCAL 24,3491 LPO 79,0632 PTN 12,0426	CHO 552,1100 G 12,0426 ENERGIA 12,0426 KCAL 30,4249 LPO 30,4249 PTN 30,4249
Média Semanal	CHO(G) 81,2803	ENERGIA(KCAL) 543,7660	LPD(G) 13,6543	PTN(G) 25,7933	

47	2ª Feira - 17/11/2025	3ª Feira - 18/11/2025	4ª Feira - 19/11/2025	5ª Feira - 20/11/2025	6ª Feira - 21/11/2025
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA		
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM SELETO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO DA COUVE MANTEIGA SALADA DE COUVE MANTEIGA LARANJA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA	FERIADO NACIONAL	PONTO FACULTATIVO
Composição Nutricional	CHO 70,0894 G 15,0645 ENERGIA 509,5620 KCAL 23,2301 LPO 55,0484 PTN 545,7720	CHO 13,0805 G 24,1351 ENERGIA 545,7720 KCAL 13,0805 LPO 24,1351 PTN 545,7720	CHO 97,1462 G 591,8900 ENERGIA 13,4636 KCAL 27,4169 LPO 27,4169 PTN 27,4169		
Média Semanal	CHO(G) 84,0967	ENERGIA(KCAL) 549,0580	LPD(G) 13,4029	PTN(G) 24,9300	

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:
LANCHE ENTRADA MANHÃ: 09:30 AS 10:30 h / REFEIÇÃO PADRÃO MANHÃ: 09:30 AS 10:30 h
LANCHE ENTRADA TARDE: 12:00 AS 12:30 h / REFEIÇÃO PADRÃO TARDE: 15:00 AS 16:00 h
CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES

Marisa Fatima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL 6 - 10 ANOS (NOVEMBRO/2025)

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

48	2ª Feira - 24/11/2025	3ª Feira - 25/11/2025	4ª Feira - 26/11/2025	5ª Feira - 27/11/2025	6ª Feira - 28/11/2025
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA	PÃO	LEITE
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA MAMÃO	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA
Composição Nutricional	CHO(g) 62,3152 g ENERGIA 505,2560 KCAL L.P.D 14,0946 g PTN 30,7459 g CHO(g) 70,1430 g	CHO(g) 11,9291 g ENERGIA 485,9320 KCAL L.P.D 26,4642 g PTN 76,9666 g CHO(g) 501,7140 g	CHO(g) 21,9052 g ENERGIA 55,9192 KCAL L.P.D 7,0141 g PTN 39,6161 g CHO(g) 57,6320 g	CHO(g) 13,2266 g ENERGIA 592,0100 KCAL L.P.D 34,1059 g PTN 28,6797 g	CHO(g) 13,2266 g ENERGIA 592,0100 KCAL L.P.D 34,1059 g PTN 28,6797 g
Média Semanal	CHO(g) 78,9574 ENERGIA(KCAL) 532,3092 LPD(g) 11,8271 PTN(g) 28,6797				

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: 15:00 AS 16:00 h
CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES

Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL 6 - 10 ANOS (NOVEMBRO/2025)

45	2ª Feira - 03/11/2025	3ª Feira - 04/11/2025	4ª Feira - 05/11/2025	5ª Feira - 06/11/2025	6ª Feira - 07/11/2025
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	PÃO MACIO COM MARGARINA LEITE	PÃO LEITE	PÃO COM MANTEIGA LEITE	PÃO LEITE
ALMOÇO	ARROZ FEIJOÃO CARIOCA FRANGO COM ERVILHA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJOÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJOÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA MELANCIA	ARROZ FEIJOÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE ALMEIRÃO	MACARONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇEIGA
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA	LANCHE DE FRANGO MAMÃO	VITAMINADO MAÇÃ	PÃO COM PRESUNTO ABACAXI	PÃO MACIO COM MARGARINA GOIABA
Composição Nutricional	CHO(G) 179,6401	CHO(G) 189,2946	ENERGIA(KCAL) 1.220,6536	LPD(G) 31,6657	PTN(G) 57,5514
	CHO g 179,6401	CHO g 189,2946	CHO g 179,9622	CHO g 159,5440	CHO g 164,5830
	ENERGIA KCAL 1.220,6536	ENERGIA KCAL 1.341,6040	ENERGIA KCAL 1.167,5400	ENERGIA KCAL 1.173,0000	ENERGIA KCAL 1.136,1140
	LPD g 33,0036	LPD g 32,9510	LPD g 30,2359	LPD g 33,3219	LPD g 28,9313
	PTN g 50,5915	PTN g 52,9510	PTN g 53,9013	PTN g 52,0036	PTN g 55,4950

46	2ª Feira - 10/11/2025	3ª Feira - 11/11/2025	4ª Feira - 12/11/2025	5ª Feira - 13/11/2025	6ª Feira - 14/11/2025
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	PÃO MACIO COM MARGARINA LEITE	PÃO LEITE	PÃO COM MANTEIGA LEITE	PÃO LEITE
ALMOÇO	ARROZ FEIJOÃO CARIOCA ALMONDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJOÃO CARIOCA PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJOÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ FEIJOÃO CARIOCA FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE	MACARONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE
LANCHE TARDE	DANETE	LANCHE DE CARNE ABACAXI	VITAMINADO BANANA	PÃO MACIO COM REQUEIJÃO BANANA	PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA
Composição Nutricional	CHO(G) 182,1948	CHO(G) 179,0450	ENERGIA(KCAL) 1.207,1948	LPD(G) 31,4095	PTN(G) 51,9012
	CHO g 182,1948	CHO g 179,0450	CHO g 202,6468	CHO g 169,3667	CHO g 164,0930
	ENERGIA KCAL 1.276,0640	ENERGIA KCAL 1.242,1240	ENERGIA KCAL 1.290,7020	ENERGIA KCAL 1.099,1700	ENERGIA KCAL 1.129,9140
	LPD g 32,9355	LPD g 34,0043	LPD g 29,1956	LPD g 32,3506	LPD g 26,3638
	PTN g 49,4054	PTN g 50,7444	PTN g 50,2907	PTN g 37,5536	PTN g 56,5110

47	2ª Feira - 17/11/2025	3ª Feira - 18/11/2025	4ª Feira - 19/11/2025	5ª Feira - 20/11/2025	6ª Feira - 21/11/2025
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	PÃO MACIO COM MARGARINA LEITE	PÃO LEITE	FERIADO NACIONAL	PONTO FACULTATIVO
ALMOÇO	ARROZ FEIJOÃO CARIOCA FRANGO COM SELETA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJOADA SALADA DE COUVE MANTEIGA	MACARONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA	FERIADO NACIONAL	PONTO FACULTATIVO
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA	LANCHE DE FRANGO LARANJA	VITAMINADO MAÇÃ		
Composição Nutricional	CHO(G) 176,3291	CHO(G) 169,6226	ENERGIA(KCAL) 1.200,9653	LPD(G) 32,1548	PTN(G) 55,6978
	CHO g 176,3291	CHO g 169,6226	CHO g 189,5390	CHO g 26,8533	CHO g 26,8533
	ENERGIA KCAL 1.159,3700	ENERGIA KCAL 1.176,2320	ENERGIA KCAL 1.224,8140	ENERGIA KCAL 26,8533	ENERGIA KCAL 26,8533
	LPD g 33,9246	LPD g 35,6015	LPD g 35,5478	LPD g 31,9970	LPD g 31,9970
	PTN g 49,4385	PTN g 55,5478	PTN g 55,5478	PTN g 51,9970	PTN g 51,9970

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

LANCHE MANHÃ: 08:30 AS 09:30 h / ALMOÇO: 11:00 AS 13:00 h / LANCHE TARDE: 14:30 AS 15:30 h

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES



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 6 - 10 ANOS (NOVEMBRO/2025)

48	2ª Feira - 24/11/2025	3ª Feira - 25/11/2025	4ª Feira - 26/11/2025	5ª Feira - 27/11/2025	6ª Feira - 28/11/2025
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO	LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO
ALMOÇO	ARROZ FEIJOÃO CARIOCA ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJOÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE FEPINO	ARROZ FEIJOÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ FEIJOÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE
LANCHE TARDE	CANJICA	LANCHE DE CARNE ABACAXI	VITAMINADO BANANA E MAMÃO	PÃO MACIO COM REQUEijão MAMÃO	PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA
Composição Nutricional	CHO (g) 167,4132 ENERGIA (KCAL) 1.110,0570 PTN (g) 29,7539 LIP (g) 57,4553 CHO (g) 171,9904 ENERGIA (KCAL) 1.229,7740 PTN (g) 60,3172 LIP (g) 34,6676	CHO (g) 204,7248 ENERGIA (KCAL) 1.299,7020 PTN (g) 59,4157 LIP (g) 29,2446	CHO (g) 155,6902 ENERGIA (KCAL) 1.120,0400 PTN (g) 37,0468 LIP (g) 47,7173	CHO (g) 177,9430 ENERGIA (KCAL) 1.162,3140 PTN (g) 29,0873 LIP (g) 56,2790	CHO (g) 177,9430 ENERGIA (KCAL) 1.162,3140 PTN (g) 29,0873 LIP (g) 56,2790
Média Semanal	CHO (g) 174,6317 ENERGIA (KCAL) 1.188,1854 LPD (g) 30,8001 PTN (g) 56,0589				

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:
LANCHE MANHÃ: 08:30 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