



PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPROA
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/2024)

44									6ª Feira - 01/11/2024
LANCHE MANHÃ									LEITE PÃO DE TAPIÓCA
ALMOÇO									MACARRONADA COM FRANGO NO MOLHO SALADA ALFACE MAMÃO
LANCHE TARDE									BOLO MAÇÃ
JANTAR									SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES
Composição Nutricional									CA MG 308,5839 CHO G 86,8054 ENERGIA (KCAL) 572,4900 FE MG 3,1603 LPD (G) 14,1213 PTN (G) 26,6452 VIT A (MCG) 218,5545 VIT C (MCG) 46,3326
Média Semanal									

45									5ª Feira - 07/11/2024	6ª Feira - 08/11/2024
LANCHE MANHÃ									LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PANQUECA DE MAÇÃ
ALMOÇO									ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO MELANCIA	MACARRONADA COM FRANGO NO MOLHO SALADA ALFACE MAMÃO
LANCHE TARDE									OMELETE COM AVEIA	BOLO BANANA
JANTAR									POLENTE COM FRANGO MOLHO	SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES
Composição Nutricional									CA MG 424,9534 CHO G 95,9033 ENERGIA (KCAL) 681,8320 FE MG 4,1152 LPD (G) 19,0477 PTN (G) 33,6547 VIT A (MCG) 854,1470 VIT C (MCG) 31,5926	CA MG 311,7063 CHO G 84,9359 ENERGIA (KCAL) 587,3100 FE MG 4,6553 LPD (G) 15,8825 PTN (G) 26,1204 VIT A (MCG) 209,8585 VIT C (MCG) 47,2556
Média Semanal									PTN (G) 29,4693 VIT A (MCG) 344,7709 VIT C (MCG) 30,8836	

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 - CEMPR
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/2024)

46	2ª Feira - 11/11/2024	3ª Feira - 12/11/2024	4ª Feira - 13/11/2024	5ª Feira - 14/11/2024	6ª Feira - 15/11/2024
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE MILHO	
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO SALADA DE REPOLHO MACÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE MELÃO	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE MAMÃO	FERIADO NACIONAL
LANCHE TARDE	PASTEL DE FORNO	BOLO BANANA	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLO MACÃ	
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	PURÊ BATATA COM FRANGO MOLHO	
Composição Nutricional	CA MG 327,9291 FE MG 3,4441 ENERGIA KCAL 873,7819 PTN G 92,4393 LPO G 19,1403	CA MG 281,8099 FE MG 4,0935 ENERGIA KCAL 639,7300 PTN G 90,9513 LPO G 18,0675	CA MG 396,4347 FE MG 3,0273 ENERGIA KCAL 596,8890 PTN G 83,6311 LPO G 17,8839	CA MG 331,7067 FE MG 3,0273 ENERGIA KCAL 681,7750 PTN G 95,2552 LPO G 18,1190	FE MG 2,8063 ENERGIA KCAL 510,3660 PTN G 36,1272 LPO G 18,1190
Média Semanal	CA(MG) 327,9291 CHO(G) 90,5717 ENERGIA(KCAL) 648,0440	FE(MG) 3,6928 LPD(G) 18,3026	PTN(G) 31,7293 VIT A(MCG) 368,1899 VIT C(MG) 32,9273		
47	2ª Feira - 18/11/2024	3ª Feira - 19/11/2024	4ª Feira - 20/11/2024	5ª Feira - 21/11/2024	6ª Feira - 22/11/2024
LANCHE MANHÃ	LEITE PANQUECA DE AVEIA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PANQUECA DE MACÃ
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO MACÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO MAMÃO	FERIADO ESTADUAL	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM ERVILHA SALADA DE TOMATE ABACAXI	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE LARANJA
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLO MACÃ		OMELETE COM AVEIA	BOLO BANANA
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	MACARRONADA CARNE À BOLONHESA		POLENTA COM FRANGO MOLHO	SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES
Composição Nutricional	CA MG 419,4419 FE MG 3,8666 ENERGIA KCAL 866,9360 PTN G 94,5106 LPO G 18,7103	CA MG 307,9757 FE MG 3,5726 ENERGIA KCAL 628,8160 PTN G 90,8273 LPO G 16,9182	FE(MG) 4,0905 LPD(G) 18,3311	CA MG 294,9394 FE MG 4,3356 ENERGIA KCAL 615,2010 PTN G 85,6369 LPO G 19,8230	CA MG 336,7988 FE MG 4,3356 ENERGIA KCAL 690,3730 PTN G 98,7358 LPO G 17,8730
Média Semanal	CA(MG) 339,7792 CHO(G) 92,4777 ENERGIA(KCAL) 650,8545	FE(MG) 4,0905 LPD(G) 18,3311	PTN(G) 31,0647 VIT A(MCG) 348,1414 VIT C(MG) 40,4158		

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/2024)

48	2ª Feira - 25/11/2024	3ª Feira - 26/11/2024	4ª Feira - 27/11/2024	5ª Feira - 28/11/2024	6ª Feira - 29/11/2024
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO DE TAPIOCA
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FELJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FELJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE CHICÓRIA MELANCIA	ARROZ BRANCO FELJÃO FRANGO COM MILHO E PIMENTÃO SALADA DE TOMATE ABACAXI	ARROZ BRANCO FELJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE PEPINO MAMÃO	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE LARANJA
LANCHE TARDE	MUFFIN DE COUVE COM TOMATE	BOLO BANANA	OVOS MEXIDOS	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLO MAÇÃ
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	PURÊ BATATA COM FRANGO MOLHO	SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES
Composição Nutricional	CA MG 331,7116	CA MG 285,7579	CA MG 302,5120	CA MG 407,1602	CA MG 333,6374
	CHO G 98,2759	CHO G 86,3624	CHO G 73,5669	CHO G 72,7957	CHO G 100,6054
	ENERGIA KCAL 690,2120	ENERGIA KCAL 612,1140	ENERGIA KCAL 543,4660	ENERGIA KCAL 576,4270	ENERGIA KCAL 675,5330
Média Semanal	FE MG 4,0040	FE MG 4,1356	FE MG 3,9153	FE MG 2,7661	FE MG 4,2213
	VIT A MCG 916,9070	VIT A MCG 29,5042	VIT A MCG 26,2711	VIT A MCG 132,8200	VIT A MCG 34,3337
	VIT C MG 43,6647	VIT C MG 29,5042	VIT C MG 90,1582	VIT C MG 42,4652	VIT C MG 492,8545
CA(MG) 308,5239		CHO(G) 82,2925	FE(MG) 3,8090	PTN(G) 28,1947	VIT A(MCG) 424,6777
		ENERGIA(KCAL) 593,4584	LPD(G) 17,5992		VIT C(MG) 44,2130

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 1 - 3 ANOS (NOVEMBRO/2024)

44									6ª Feira - 01/11/2024
LANCHE MANHÃ									LEITE PÃO DE TAPIOCA
ALMOÇO									MACARRONADA COM FRANGO NO MOLHO SALADA ALFACE MAMÃO
LANCHE TARDE									BOLO MAÇÃ
JANTAR									SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES
Composição Nutricional									CA MG 380,9891 CHO G 130,3391 FE MG 6,0820 PTN G 43,6312 LPD G 18,9749 ENERGIA(KCAL) 851,4260 VIT A(MCG) 1.123,4150 VIT C(MG) 76,9628
Média Semanal									
45									6ª Feira - 08/11/2024
LANCHE MANHÃ									LEITE PANQUECA DE MAÇÃ
ALMOÇO									MACARRONADA COM FRANGO NO MOLHO SALADA ALFACE MAMÃO
LANCHE TARDE									BOLO BANANA
JANTAR									SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES
Composição Nutricional									CA MG 449,0799 CHO G 113,4314 FE MG 6,3790 PTN G 38,1112 LPD G 20,7072 ENERGIA(KCAL) 854,3130 VIT A(MCG) 1.123,4150 VIT C(MG) 76,9628
Média Semanal									

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 – CEMPREA
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/2024)

46	2ª Feira - 11/11/2024	3ª Feira - 12/11/2024	4ª Feira - 13/11/2024	5ª Feira - 14/11/2024	6ª Feira - 15/11/2024
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE MILHO	
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ESTROGONHOFE DE FRANGO SALADA DE REPOLHO MACÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE MELÃO	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE MAMÃO	FERIADO NACIONAL
LANCHE TARDE	PASTEL DE FORNO	BOLO BANANA	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLO MACÃ	
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	PURÊ BATATA COM FRANGO MOLHO	
Composição Nutricional	CA (MG) 384,2361	CHO (G) 125,7693	FE (MG) 6,2915	PTN (G) 41,8460	VIT A (MCG) 379,5628 VIT C (MG) 46,5934
Média Semanal					
47	2ª Feira - 18/11/2024	3ª Feira - 19/11/2024	4ª Feira - 20/11/2024	5ª Feira - 21/11/2024	6ª Feira - 22/11/2024
LANCHE MANHÃ	LEITE PANQUECA DE AVEIA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PANQUECA DE MACÃ
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO MACÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO MAMÃO	FERIADO ESTADUAL	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM ERVILHA SALADA DE TOMATE ABACAXI	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE LARANJA
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLO MACÃ		OMELETE COM AVEIA	BOLO BANANA
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	MACARRONADA CARNE À BOLONHESA		POLENTA COM FRANGO MOLHO	SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES
Composição Nutricional	CA (MG) 391,5603	CHO (G) 124,7036	FE (MG) 6,4256	PTN (G) 40,1286	VIT A (MCG) 449,1775 VIT C (MG) 55,9704
Média Semanal					

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 - CEMPREA
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/2024)

48	2ª Feira - 25/11/2024	3ª Feira - 26/11/2024	4ª Feira - 27/11/2024	5ª Feira - 28/11/2024	6ª Feira - 29/11/2024
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO DE TAPIOCA
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO MACÁ	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE CHICÓRIA MELANCIA	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM MILHO E PIMENTÃO SALADA DE TOMATE ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE PEPINO MAMÃO	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE LARANDA
LANCHE TARDE	MUFFIN DE COUVE COM TOMATE	BOLO BANANA	OVOS MEXIDOS	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLO MAÇÃ
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	PURÊ BATATA COM FRANGO MOLHO	SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES
Composição Nutricional	CA MG 386,1731 CHO G 123,7773 PTN G 37,6536 LPG G 25,6067	CA MG 365,5758 CHO G 125,6003 PTN G 38,6411 LPG G 24,1892	CA MG 378,7735 CHO G 121,1775 PTN G 38,7348 LPG G 21,0559	CA MG 453,7568 CHO G 121,9583 PTN G 45,7304 LPG G 24,0975	CA MG 390,4426 CHO G 123,3177 PTN G 37,0590 LPG G 20,1298
Média Semanal	CA(MG) 375,0843 CHO(G) 120,6788	ENERGIA(KCAL) 834,7674 FE(MG) 6,7175 LPD(G) 22,4681	FE(MG) 6,7175 LPD(G) 22,4681	PTN(G) 39,5996 VIT A(MCG) 573,0064 VIT C(MG) 65,3851	VIT A(MCG) 573,0064 VIT C(MG) 65,3851

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



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA 4 - 5 ANOS (NOVEMBRO/2024)

44																	6ª Feira - 01/11/2024			
LANCHE ENTRADA																	LEITE MAMÃO			
REFEÇÃO PADRÃO																	MACARRONADA COM FRANGO NO MOLHO SALADA DE ALFACE MAMÃO			
Composição Nutricional																	CHO g 60,3437	ENERGIA KCAL 361,3070	LPO g 5,3246	PTN g 18,8641
Média Semanal																	CHO(G) 60,3437	ENERGIA(KCAL) 361,3070	LPD(G) 5,5246	PTN(G) 18,8641

45																		5ª Feira - 07/11/2024			6ª Feira - 08/11/2024				
LANCHE ENTRADA																		LEITE PÃO INTEGRAL			LEITE				
REFEÇÃO PADRÃO																		ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO MELANCIA			MACARRONADA COM FRANGO NO MOLHO SALADA DE ALFACE MAMÃO				
Composição Nutricional																		CHO g 75,1856	ENERGIA KCAL 475,1850	LPO g 10,8891	PTN g 21,0780	CHO g 53,7037	ENERGIA KCAL 335,7070	LPO g 5,4446	PTN g 18,4641
Média Semanal																		CHO(G) 75,1856	ENERGIA(KCAL) 475,1850	LPD(G) 9,6639	PTN(G) 20,4376	CHO(G) 53,7037	ENERGIA(KCAL) 335,7070	LPD(G) 5,4446	PTN(G) 18,4641

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/2024)

46	2ª Feira - 11/11/2024	3ª Feira - 12/11/2024	4ª Feira - 13/11/2024	5ª Feira - 14/11/2024	6ª Feira - 15/11/2024
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE MILHO	
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ESTROGONHOFE DE FRANGO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE MELÃO	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE MAMÃO	FERIADO NACIONAL
Composição Nutricional	CHO G 77,5090 ENERGIA KCAL 415,9605 PTN G 16,6836 LPO G 6,2241	CHO G 77,8121 ENERGIA KCAL 493,4790 PTN G 10,0319 LPO G 10,0319	CHO G 70,2344 ENERGIA KCAL 440,7170 PTN G 10,4854 LPO G 9,7346	CHO G 86,2553 ENERGIA KCAL 417,3890 PTN G 20,7013 LPO G 7,9990	
Média Semanal	CHO(G) 72,9527	ENERGIA(KCAL) 442,8864		LPD(G) 8,7024	PTN(G) 19,7697
47	2ª Feira - 18/11/2024	3ª Feira - 19/11/2024	4ª Feira - 20/11/2024	5ª Feira - 21/11/2024	6ª Feira - 22/11/2024
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ	LEITE PÃO DE MILHO		LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE LARANJA
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO MAMÃO	FERIADO ESTADUAL	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM ERVILHA SALADA DE TOMATE ABACAXI	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE LARANJA
Composição Nutricional	CHO G 72,9452 ENERGIA KCAL 413,9200 PTN G 17,3792 LPO G 7,0931	CHO G 69,4455 ENERGIA KCAL 439,8880 PTN G 9,8311 LPO G 9,8311		CHO G 80,5939 ENERGIA KCAL 488,2400 PTN G 11,0114 LPO G 11,0114	CHO G 62,0142 ENERGIA KCAL 380,1960 PTN G 19,5135 LPO G 6,7606
Média Semanal	CHO(G) 71,2497	ENERGIA(KCAL) 430,4765		LPD(G) 8,6241	PTN(G) 19,0736

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/2024)

48	2ª Feira - 25/11/2024	3ª Feira - 26/11/2024	4ª Feira - 27/11/2024	5ª Feira - 28/11/2024	6ª Feira - 29/11/2024
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE LARANJA
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE CHICÓRIA MELANCIA	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM MILHO E PIMENTÃO SALADA DE TOMATE ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE PEPINO MANIÓ	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE LARANJA
Composição Nutricional	CHO G 77,5849 ENERGIA KCAL 478,6100 LPO G 10,8339 PTN G 20,9775	CHO G 73,3949 ENERGIA KCAL 452,2470 LPO G 9,5005 PTN G 19,4073	CHO G 81,0362 ENERGIA KCAL 474,6150 LPO G 6,5403 PTN G 20,2852	CHO G 67,3266 ENERGIA KCAL 439,1490 LPO G 9,5190 PTN G 21,3648	CHO G 82,0142 ENERGIA KCAL 380,1560 LPO G 6,7606 PTN G 18,5839
Média Semanal	CHO(G) 67,9493	ENERGIA(KCAL) 408,6474	LPD(G) 7,7920	LPD(G) 7,7920	PTN(G) 18,0453

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



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL 6 - 10 ANOS (NOVEMBRO/2024)

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



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 6 - 10 ANOS (NOVEMBRO/2024)

46	2ª Feira - 11/11/2024	3ª Feira - 12/11/2024	4ª Feira - 13/11/2024	5ª Feira - 14/11/2024	6ª Feira - 15/11/2024
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO COM MARGARINA	PÃO	PÃO	
REFEÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONHOFE DE FRANGO SALADA DE REPOLHO	ARROZ SALSICHA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE MELÃO	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE MAÇA	FERIADO NACIONAL
Composição Nutricional	CHO G ENERGIA K CAL LPG G PTN G	CHO G ENERGIA K CAL LPG G PTN G	CHO G ENERGIA K CAL LPG G PTN G	CHO G ENERGIA K CAL LPG G PTN G	PTN(G) 22,6481
Média Semanal	77,9035	ENERGIA(KCAL) 510,0236		LPD(G) 12,1531	
47	2ª Feira - 18/11/2024	3ª Feira - 19/11/2024	4ª Feira - 20/11/2024	5ª Feira - 21/11/2024	6ª Feira - 22/11/2024
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO COM MARGARINA		PÃO	LEITE
REFEÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO MAMÃO	FERIADO ESTADUAL	ARROZ FRANGO COM ERVILHA SALADA DE TOMATE ABACAXI	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE MELÃO
Composição Nutricional	CHO G ENERGIA K CAL LPG G PTN G	CHO G ENERGIA K CAL LPG G PTN G		CHO G ENERGIA K CAL LPG G PTN G	CHO G ENERGIA K CAL LPG G PTN G
Média Semanal	77,0104	ENERGIA(KCAL) 549,3790		LPD(G) 15,5366	PTN(G) 26,6713

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



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 6 - 10 ANOS (NOVEMBRO/2024)

48	2ª Feira - 25/11/2024	3ª Feira - 26/11/2024	4ª Feira - 27/11/2024	5ª Feira - 28/11/2024	6ª Feira - 29/11/2024
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO COM MARGARINA	PÃO	PÃO	LEITE
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE CHICÓRIA	ARROZ FRANGO COM MILHO E PIMENTÃO SALADA DE TOMATE ABACAXI	• ARROZ CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE PEPINO MAMÃO	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE MAÇA
Composição Nutricional	CHO G 67,1918 ENERGIA KCAL 491,5220 LPO G 13,1396 PTN G 25,5815	CHO G 67,7328 ENERGIA KCAL 450,3520 LPO G 11,5545 PTN G 10,0624	CHO G 37,4524 ENERGIA KCAL 490,5620 LPO G 7,3085 PTN G 30,2091	CHO G 69,0314 ENERGIA KCAL 489,5560 LPO G 9,1243 PTN G 32,0698	CHO G 79,7232 ENERGIA KCAL 532,4100 LPO G 13,0948 PTN G 30,1639
Média Semanal	CHO(G) 72,2263	ENERGIA(KCAL) 494,8604	LPD(G) 10,8844	PTN(G) 27,4177	

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



44					6ª Feira - 01/11/2024								
LANCHE MANHÃ					LEITE PÃO								
ALMOÇO					MACARRONADA COM FRANGO NO MOLHO SALADA DE ALFACE								
LANCHE TARDE					PÃO MACIO COM MARGARINA MAMAO								
Composição Nutricional					<table border="1"> <thead> <tr> <th>CHO g</th><th>ENERGIA KCAL</th><th>LPD g</th><th>PTN g</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>144,5488</td><td>993,4910</td><td>26,9971</td><td>45,3213</td></tr> </tbody> </table>	CHO g	ENERGIA KCAL	LPD g	PTN g	144,5488	993,4910	26,9971	45,3213
CHO g	ENERGIA KCAL	LPD g	PTN g										
144,5488	993,4910	26,9971	45,3213										
Média Semanal	CHO(G) 144,5488	ENERGIA(KCAL) 993,4910	LPD(G) 26,9971	PTN(G) 45,3213									

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 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 6 - 10 ANOS (NOVEMBRO/2024)

46	2ª Feira - 11/11/2024	3ª Feira - 12/11/2024	4ª Feira - 13/11/2024	5ª Feira - 14/11/2024	6ª Feira - 15/11/2024
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO	LEITE PÃO COM MANTEIGA	
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ESTROGONOFÉ DE FRANGO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA SALSICHA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE MELÃO	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE	FERIADO NACIONAL
LANCHE TARDE	DANETE	PÃO COM PRESUNTO ABACAXI	VITAMINADO BANANA E MAMÃO	PÃO MACIO COM MARGARINA MAMÃO	
Composição Nutricional	CHO G ENERGIA KCAL PTN G LPD G	CHO G ENERGIA KCAL PTN G LPD G	CHO G ENERGIA KCAL PTN G LPD G	CHO G ENERGIA KCAL PTN G LPD G	PTN(G) 52,6144
Média Semanal	185,1947	ENERGIA(KCAL) 1.230,6165		LPD(G) 32,0771	
47	2ª Feira - 18/11/2024	3ª Feira - 19/11/2024	4ª Feira - 20/11/2024	5ª Feira - 21/11/2024	6ª Feira - 22/11/2024
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA		LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ALMÔDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO	FERIADO ESTADUAL	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM ERVILHA SALADA DE TOMATE	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE
LANCHE TARDE	CANJICA	PÃO COM MANTEIGA MAMÃO		PÃO MACIO COM MARGARINA ABACAXI	PÃO MACIO COM MARGARINA MELÃO
Composição Nutricional	CHO G ENERGIA KCAL PTN G LPD G	CHO G ENERGIA KCAL PTN G LPD G		CHO G ENERGIA KCAL PTN G LPD G	CHO G ENERGIA KCAL PTN G LPD G
Média Semanal	153,5432	CHO(G) 153,5432	ENERGIA(KCAL) 1.104,9533	LPD(G) 33,4901	PTN(G) 49,4568

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 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 6 - 10 ANOS (NOVEMBRO/2024)

48	2ª Feira - 25/11/2024	3ª Feira - 26/11/2024	4ª Feira - 27/11/2024	5ª Feira - 28/11/2024	6ª Feira - 29/11/2024
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO	LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE CHICÓRIA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM MILHO E PIMENTÃO SALADA DE TOMATE ABACAXI	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE PEPINO	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE
LANCHE TARDE	PÃO MACIO COM MARGARINA	PÃO COM MANTEIGA MELANCIA	VITAMINADO BANANA	PÃO MACIO COM MARGARINA MAMÃO	PÃO MACIO COM MARGARINA MELÃO
Composição Nutricional	CHO G 179,8678 ENERGIA KCAL 1.197,7740 LPO G 28,9036 PTN G 57,7785	CHO G 138,7950 ENERGIA KCAL 1.050,4700 LPO G 35,5280 PTN G 38,2606	CHO G 188,2715 ENERGIA KCAL 1.181,8900 LPO G 23,0998 PTN G 59,4725	CHO G 148,0688 ENERGIA KCAL 1.156,8920 LPO G 38,1048 PTN G 55,9985	CHO G 153,6280 ENERGIA KCAL 1.092,3140 LPO G 28,0123 PTN G 55,7490
Média Semanal	CHO(G) 161,6585	ENERGIA(KCAL) 1.129,8680	LPD(G) 30,8470	PTN(G) 53,4514	

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 Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361