



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 (DEZEMBRO/2025)

49	2ª Feira - 01/12/2025				3ª Feira - 02/12/2025				4ª Feira - 03/12/2025				5ª Feira - 04/12/2025				6ª Feira - 05/12/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM ERVILHA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE				ARROZ FRANGO COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA MELÃO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE ALMEIRÃO ABACAXI				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
	95,5144	755,7900	25,0055	35,8951	104,2714	716,4440	12,8620	45,7288	100,4378	710,9400	21,4258	30,9449	104,5994	732,6940	16,9050	49,1263	110,1218	800,4150	19,3921	47,8683
Média Semanal	CHO(G) 102,9890				ENERGIA(KCAL) 743,3486				LPD(G) 19,1185				PTN(G) 41,3149							

50	2ª Feira - 08/12/2025				3ª Feira - 09/12/2025				4ª Feira - 10/12/2025				5ª Feira - 11/12/2025				6ª Feira - 12/12/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFÉ DE CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE BANANA				MACARRONADA COM 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
	99,1234	712,6450	17,7282	37,9891	107,0974	737,3920	16,5760	41,0058	113,8048	712,1500	15,7881	34,4478	110,7718	701,4940	13,9912	27,8395	109,2968	797,4150	19,3951	47,4733
Média Semanal	CHO(G) 109,8788				ENERGIA(KCAL) 732,4134				LPD(G) 16,6843				PTN(G) 37,7511							

51	2ª Feira - 15/12/2025				3ª Feira - 16/12/2025				4ª Feira - 17/12/2025				5ª Feira - 18/12/2025				6ª Feira - 19/12/2025			
LANCHE ENTRADA																				
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR			
Composição Nutricional																				
Média Semanal																				

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



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 (DEZEMBRO/2025)

52	2ª Feira - 22/12/2025	3ª Feira - 23/12/2025	4ª Feira - 24/12/2025	5ª Feira - 25/12/2025	6ª Feira - 26/12/2025
LANCHE ENTRADA					
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR PONTO FACULTATIVO	RECESSO ESCOLAR FERIADO NACIONAL	RECESSO ESCOLAR PONTO FACULTATIVO
Composição Nutricional					
Média Semanal					

01	2ª Feira - 29/12/2025	3ª Feira - 30/12/2025	4ª Feira - 31/12/2025		
LANCHE ENTRADA					
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR PONTO FACULTATIVO		
Composição Nutricional					
Média Semanal					

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 (DEZEMBRO/2025)

49	2ª Feira - 01/12/2025				3ª Feira - 02/12/2025				4ª Feira - 03/12/2025				5ª Feira - 04/12/2025				6ª Feira - 05/12/2025			
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 ERVILHA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA MELÃO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE ALMEIRÃO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA			
LANCHE TARDE	DANETE				LANCHE DE FRANGO MAMÃO				VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO ABACAXI				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
	301,6158	1.897,4820	45,2105	77,2487	242,2853	1.744,0120	45,1256	54,6054	259,6596	1.718,6320	44,8842	74,2740	217,7200	1.594,7620	55,2619	62,2983	252,2442	1.600,0720	37,2914	82,7681
Média Semanal	CHO(G) 254,9847				ENERGIA(KCAL) 1.723,1520				LPD(G) 45,6403				PTN(G) 78,3189							

50	2ª Feira - 08/12/2025				3ª Feira - 09/12/2025				4ª Feira - 10/12/2025				5ª Feira - 11/12/2025				6ª Feira - 12/12/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ESTROGONOFÉ CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA				LANCHE DE CARNE ABACAXI				VITAMINADO BANANA				PÃO 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
	241,6386	1.672,1040	49,0611	67,5447	247,1192	1.763,7320	51,7009	67,6437	255,6128	1.618,1010	37,8141	69,3599	239,1070	1.649,4720	55,2853	59,6729	282,4162	1.657,0720	37,5964	82,5731
Média Semanal	CHO(G) 247,4354				ENERGIA(KCAL) 1.676,2322				LPD(G) 46,4876				PTN(G) 72,7187							

51	2ª Feira - 15/12/2025				3ª Feira - 16/12/2025				4ª Feira - 17/12/2025				5ª Feira - 18/12/2025				6ª Feira - 19/12/2025			
LANCHE MANHÃ																				
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR			
LANCHE TARDE																				
Composição Nutricional																				
Média Semanal																				

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 (DEZEMBRO/2025)

52	2ª Feira - 22/12/2025	3ª Feira - 23/12/2025	4ª Feira - 24/12/2025	5ª Feira - 25/12/2025	6ª Feira - 26/12/2025
LANCHE MANHÃ					
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR PONTO FACULTATIVO	RECESSO ESCOLAR FERIADO NACIONAL	RECESSO ESCOLAR PONTO FACULTATIVO
LANCHE TARDE					
Composição Nutricional					
Média Semanal					

01	2ª Feira - 29/12/2025	3ª Feira - 30/12/2025	4ª Feira - 31/12/2025		
LANCHE MANHÃ					
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR PONTO FACULTATIVO		
LANCHE TARDE					
Composição Nutricional					
Média Semanal					

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 16 - 18 ANOS (DEZEMBRO/2025)

49	2ª Feira - 01/12/2025				3ª Feira - 02/12/2025				4ª Feira - 03/12/2025				5ª Feira - 04/12/2025				6ª Feira - 05/12/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM ERVILHA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE				ARROZ FRANGO COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA MELÃO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE ALMEIRÃO ABACAXI				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
	116,2785	848,9500	25,0501	42,4198	123,7288	820,1920	12,8331	52,5987	116,1552	805,8800	22,1654	38,8691	126,7250	792,8720	15,2659	40,9078	125,8088	874,1620	19,8431	50,2439
Média Semanal	CHO(G) 122,1693				ENERGIA(KCAL) 828,7112				LPD(G) 19,0529				PTN(G) 44,4257							

50	2ª Feira - 08/12/2025				3ª Feira - 09/12/2025				4ª Feira - 10/12/2025				5ª Feira - 11/12/2025				6ª Feira - 12/12/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOPE DE CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE BANANA				MACARRONADA COM 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
	122,3966	884,8100	20,6230	51,9977	114,8026	780,2720	16,6707	43,9136	128,3898	830,5420	18,5081	47,1103	135,7358	785,6920	14,5522	32,2268	124,8186	870,8620	19,9371	49,8713
Média Semanal	CHO(G) 124,6487				ENERGIA(KCAL) 830,3036				LPD(G) 18,0582				PTN(G) 45,0239							

51	2ª Feira - 15/12/2025	3ª Feira - 16/12/2025	4ª Feira - 17/12/2025	5ª Feira - 18/12/2025	6ª Feira - 19/12/2025
LANCHE ENTRADA					
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Composição Nutricional					
Média Semanal					

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 (DEZEMBRO/2025)

52	2ª Feira - 22/12/2025	3ª Feira - 23/12/2025	4ª Feira - 24/12/2025	5ª Feira - 25/12/2025	6ª Feira - 26/12/2025
LANCHE ENTRADA					
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR PONTO FACULTATIVO	RECESSO ESCOLAR FERIADO NACIONAL	RECESSO ESCOLAR PONTO FACULTATIVO
Composição Nutricional					
Média Semanal					

01	2ª Feira - 29/12/2025	3ª Feira - 30/12/2025	4ª Feira - 31/12/2025		
LANCHE ENTRADA					
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR PONTO FACULTATIVO		
Composição Nutricional					
Média Semanal					

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

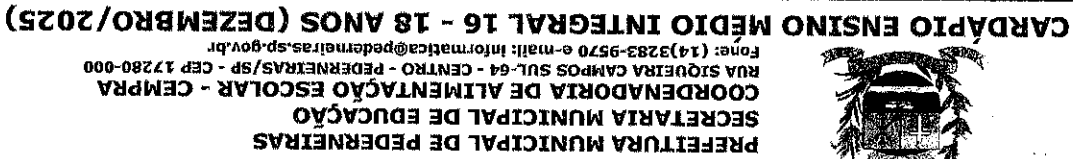
LANCHE ENTRADA MANHÃ: 06:30 AS 07:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO MANHÃ: 09:30 AS 10:30 h

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 MÉDIO INTEGRAL 16 - 18 ANOS (DEZEMBRO/2025)

49	LANCHE MANHÃ	LANCHE TARDE	ALMOÇO	LANCHE TARDE	Composição Nutricional	Média Semanal
2ª Feira - 01/12/2025	LEITE COM CHOCOLATE MAÇA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM ERVILHA SALADA DE REPOLHO	LANCHE DE FRANGO MAMÃO	VITAMINADO DE MAÇA	PÃO ABACAXI	PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA
3ª Feira - 02/12/2025	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA MELÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA MELÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE ALMEIRÃO	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇEITE
4ª Feira - 03/12/2025	LEITE PÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA MELÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE ALMEIRÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE ALMEIRÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO
5ª Feira - 04/12/2025	LEITE PÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE ALMEIRÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PÃO COM MANTEIGA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO	LEITE PÃO
6ª Feira - 05/12/2025	LEITE PÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PÃO COM MANTEIGA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PÃO COM MANTEIGA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO	LEITE PÃO

Dia	Lanche	Almoço	Lanche Tarde	Composição Nutricional					Média Semanal
				CHO (g)	PRO (g)	ENL (g)	ENL (g)	CHO (g)	
50	2ª Feira - 08/12/2025	LEITE COM CHOCOLATE MACÁ	ESTROGONOFF CARNE SALADA DE REPOLHO	LANCHE DE CARNE ABACAXI	VITAMINADO BANANA	PÃO BANANA	PÃO MACIO COM MARGARINA	281,5081	1.899,4572
51	3ª Feira - 09/12/2025	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPIÑO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE	281,5081	1.899,4572
52	4ª Feira - 10/12/2025	LEITE PÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE	281,5081	1.899,4572
53	5ª Feira - 11/12/2025	LEITE PÃO COM MANTEIGA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE	281,5081	1.899,4572
54	6ª Feira - 12/12/2025	LEITE PÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE	281,5081	1.899,4572

51	2ª Feira - 15/12/2025	3ª Feira - 16/12/2025	4ª Feira - 17/12/2025	5ª Feira - 18/12/2025	6ª Feira - 19/12/2025
LANÇE MANHÃ					
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
LANCHE					
Composição					
Média Semanal					

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

**LANCHE MANHÃ: 09:00 AS 09:30 h / A
CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

10:00: 11:00 AS 13:00 h / LANCHE TARDE: 14:30 AS 15:30 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 ENSINO MÉDIO INTEGRAL 16 - 18 ANOS (DEZEMBRO/2025)

52	2ª Feira - 22/12/2025	3ª Feira - 23/12/2025	4ª Feira - 24/12/2025	5ª Feira - 25/12/2025	6ª Feira - 26/12/2025
LANCHE MANHÃ					
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	PONTO FACULTATIVO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
LANCHE TARDE					PONTO FACULTATIVO
Composição Nutricional					
Média Semanal					

01	2ª Feira - 29/12/2025	3ª Feira - 30/12/2025	4ª Feira - 31/12/2025		
LANCHE MANHÃ					
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	PONTO FACULTATIVO	
LANCHE TARDE					
Composição Nutricional					
Média Semanal					

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 - CEMPA

RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

CARDÁPIO EJA (DEZEMBRO/2025)

50	2ª Feira - 08/12/2025	3ª Feira - 09/12/2025	4ª Feira - 10/12/2025	5ª Feira - 11/12/2025	6ª Feira - 12/12/2025
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA	PÃO	LEITE
REFEÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM ERVILHA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE	ARROZ FRANGO COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA MELÃO	ARROZ FEIJO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE ALMEIRÃO ABACAXI	MACARONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA
Composição Nutricional	CHO 59,1408 ENERGIA 732,8220 LPO 22,3641 PTN 35,8863 CHO 106,4258 ENERGIA 705,0280 LPO 10,6806 PTN 42,9210	CHO 112,1822 ENERGIA 718,7120 LPO 13,2669 PTN 38,5321	CHO 101,0330 ENERGIA 656,6340 LPO 13,0094 PTN 35,7466	CHO 113,3682 ENERGIA 813,8180 LPO 19,4364 PTN 40,3091	CHO 112,8732 ENERGIA 812,8180 LPO 19,4334 PTN 40,1521
Média Semanal	CHO(G) 106,8308 ENERGIA(KCAL) 725,4028 LPD(G) 15,7513 PTN(G) 40,4954				

51	2ª Feira - 15/12/2025	3ª Feira - 16/12/2025	4ª Feira - 17/12/2025	5ª Feira - 18/12/2025	6ª Feira - 19/12/2025
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA	PÃO	LEITE
REFEÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFÊ DE CARNE SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPIÑO	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO	ARROZ FEIJO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE BANANA	MACARONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE LARANJA
Composição Nutricional	CHO 102,5469 ENERGIA 712,5860 LPO 14,6591 PTN 41,7733 CHO 96,2496 ENERGIA 686,7740 LPO 16,2042 PTN 39,8896	CHO 108,8758 ENERGIA 733,1940 LPO 17,8691 PTN 39,6835	CHO 120,8916 ENERGIA 714,0440 LPO 14,0347 PTN 29,8778	CHO 112,8732 ENERGIA 812,8180 LPO 19,4334 PTN 40,1521	CHO 112,8732 ENERGIA 812,8180 LPO 19,4334 PTN 40,1521
Média Semanal	CHO(G) 108,2454 ENERGIA(KCAL) 731,7232 LPD(G) 16,3799 PTN(G) 39,8753				

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

01	2ª Feira - 29/12/2025	3ª Feira - 30/12/2025	4ª Feira - 31/12/2025			
LANCHE						
REFEÇÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
PADRÃO						
Composição Nutricional						
Média Semanal						

02	2ª Feira - 22/12/2025	3ª Feira - 23/12/2025	4ª Feira - 24/12/2025	5ª Feira - 25/12/2025	6ª Feira - 26/12/2025			
LANCHE								
REFEÇÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
PADRÃO								
Composição Nutricional								
Média Semanal								

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 Fatima 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 ETEC (DEZEMBRO/2025)

49	2ª Feira - 01/12/2025				3ª Feira - 02/12/2025				4ª Feira - 03/12/2025				5ª Feira - 04/12/2025				6ª Feira - 05/12/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM ERVILHA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE				ARROZ FRANGO COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA MELÃO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE ALMEIRÃO ABACAXI				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
	103,2059	798,4900	25,7831	40,8653	138,2788	908,1020	14,3311	57,6957	109,6578	768,4700	22,6281	34,0093	137,1650	855,5000	16,3189	44,5436	126,0170	880,7040	21,1083	45,9935
Média Semanal	CHO(G) 122,7049				ENERGIA(KCAL) 842,2532				LPD(G) 20,0339				PTN(G) 45,4247							

50	2ª Feira - 08/12/2025				3ª Feira - 09/12/2025				4ª Feira - 10/12/2025				5ª Feira - 11/12/2025				6ª Feira - 12/12/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFÉ DE CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE BANANA				MACARRONADA COM 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
	111,3466	839,7000	21,4570	50,1587	112,5216	784,6000	17,3327	45,9516	124,7798	834,7420	18,7581	47,4233	153,0896	901,0400	16,6282	40,3098	124,0270	877,1040	21,1023	49,4356
Média Semanal	CHO(G) 125,1469				ENERGIA(KCAL) 847,4372				LPD(G) 19,0577				PTN(G) 46,6558							

51	2ª Feira - 15/12/2025				3ª Feira - 16/12/2025				4ª Feira - 17/12/2025				5ª Feira - 18/12/2025				6ª Feira - 19/12/2025			
LANCHE ENTRADA																				
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR			
Composição Nutricional																				
Média Semanal																				

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 - CEMPR
RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

CARDÁPIO ETEC (DEZEMBRO/2025)

52	2ª Feira - 22/12/2025	3ª Feira - 23/12/2025	4ª Feira - 24/12/2025	5ª Feira - 25/12/2025	6ª Feira - 26/12/2025
LANCHE ENTRADA					
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR PONTO FACULTATIVO	RECESSO ESCOLAR FÉRIADO NACIONAL	RECESSO ESCOLAR PONTO FACULTATIVO
Composição Nutricional					
Média Semanal					

01	2ª Feira - 29/12/2025	3ª Feira - 30/12/2025	4ª Feira - 31/12/2025		
LANCHE ENTRADA					
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR PONTO FACULTATIVO		
Composição Nutricional					
Média Semanal					

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