



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

CARDÁPIO CRECHE 7 - 11 MESES (JANEIRO/2025)

| 01 | 4ª Feira - 01/01/2025 | | | | 5ª Feira - 02/01/2025 | | | | 6ª Feira - 03/01/2025 | | | | | | | |
|------------------------|-----------------------|---------|-------------------|----------|---------------------------|---------|------------------|----------|---|---------|-------------------|----------|------------------------|---------|----------------------|----------|
| LANCHE MANHÃ | | | | | | | | | LEITE PANQUECA DE MAÇÃ | | | | | | | |
| ALMOÇO | FERIADO NACIONAL | | | | PONTO FACULTATIVO | | | | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE LARANJA | | | | | | | |
| LANCHE TARDE | | | | | | | | | BOLO BANANA | | | | | | | |
| JANTAR | | | | | | | | | 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 |
| | 336,7598 | 98,7359 | 690,3730 | 4,5873 | 336,7598 | 98,7359 | 690,3730 | 4,5873 | 336,7598 | 98,7359 | 690,3730 | 4,5873 | 336,7598 | 98,7359 | 690,3730 | 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 |
| | 17,8730 | 35,7989 | 484,2585 | 56,9056 | | | | | | | | | | | | |
| Média Semanal | CA(MG) 336,7598 | | CHO(G) 98,7359 | | ENERGIA(KCAL) 690,3730 | | FE(MG) 4,5873 | | LPD(G) 17,8730 | | PTN(G) 35,7989 | | VIT A(MCG) 484,2585 | | VIT C(MG) 56,9056 | |

| 02 | 2ª Feira - 06/01/2025 | | | | 3ª Feira - 07/01/2025 | | | | 4ª Feira - 08/01/2025 | | | | 5ª Feira - 09/01/2025 | | | | 6ª Feira - 10/01/2025 | | | |
|------------------------|---|---------|-------------------|----------|--|---------|------------------|----------|--|---------|-------------------|----------|--|---------|----------------------|----------|--|----------|--------------|----------|
| LANCHE MANHÃ | LEITE PÃO DE TAPIOCA | | | | LEITE PÃO | | | | LEITE PÃO | | | | LEITE PÃO | | | | LEITE PÃO DE POLVILHO | | | |
| ALMOÇO | ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ | | | | ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA DE TOMATE ABACAXI | | | | ARROZ BRANCO FEIJÃO PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA DE ACELGA MELANCIA | | | | ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM SELETA SALADA DE PEPINO LARANJA | | | | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA | | | |
| LANCHE TARDE | PASTEL DE FORNO | | | | BOLO BANANA | | | | MUFFIN DE COUVE COM TOMATE | | | | OVOS MEXIDOS | | | | BOLO MAÇÃ | | | |
| JANTAR | SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES | | | | MACARRONADA CARNE À BOLONHESA | | | | SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES | | | | LANCHE DE CARNE | | | | 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 |
| | 314,7483 | 98,8535 | 721,5104 | 4,4356 | 303,4707 | 75,9804 | 534,8030 | 3,5705 | 343,3921 | 74,1163 | 585,7170 | 4,8617 | 336,2497 | 54,1298 | 436,3454 | 3,3850 | 312,5624 | 110,5742 | 705,0080 | 4,1260 |
| | 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 |
| | 20,5230 | 37,0755 | 882,9640 | 35,6136 | 15,3458 | 24,6433 | 125,1310 | 26,9076 | 22,1587 | 23,6529 | 446,2160 | 52,5273 | 15,0629 | 22,1339 | 175,5115 | 45,1494 | 15,7764 | 33,8599 | 474,3295 | 33,1626 |
| Média Semanal | CA(MG) 322,0847 | | CHO(G) 82,7324 | | ENERGIA(KCAL) 596,8568 | | FE(MG) 4,0758 | | LPD(G) 17,7733 | | PTN(G) 28,2731 | | VIT A(MCG) 420,8344 | | VIT C(MG) 38,6721 | | | | | |

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 (JANEIRO/2025)

| 03 | 2ª Feira - 13/01/2025 | 3ª Feira - 14/01/2025 | 4ª Feira - 15/01/2025 | 5ª Feira - 16/01/2025 | 6ª Feira - 17/01/2025 | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|--|---|---|---|---|-------------------|------------------------|----------------------|----------|----------|--------------|----------|----------|----------|--------------|----------|----------|----------|--------------|----------|
| LANCHE MANHÃ | LEITE PANQUECA DE AVEIA | LEITE PÃO | LEITE PÃO | LEITE PÃO | LEITE PANQUECA DE MAÇÃ | | | | | | | | | | | | | | | |
| ALMOÇO | ARROZ BRANCO FEIJÃO ISCAS CARNE ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ | ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO CREME DE MILHO SALADA DE PEPINO MELÃO | ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA MELANCIA | ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE BANANA | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE LARANJA | | | | | | | | | | | | | | | |
| LANCHE TARDE | MINGAU DE CHOCOLATE | BOLO MAÇÃ | PASTEL DE FORNO | OMELETE COM AVEIA | BOLO BANANA | | | | | | | | | | | | | | | |
| JANTAR | SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES | PURÊ BATATA COM FRANGO MOLHO | SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES | MACARRONADA CARNE À BOLONHESA | 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 |
| | 423,5031 | 95,2722 | 676,8950 | 3,9614 | 342,1452 | 66,1057 | 523,5160 | 3,2478 | 312,2658 | 70,0987 | 576,4704 | 4,9391 | 322,8057 | 97,1519 | 655,4000 | 4,4973 | 336,7598 | 98,7359 | 690,3730 | 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 |
| 19,2436 | 32,1850 | 566,9055 | 30,2237 | 18,8146 | 24,4194 | 155,8250 | 24,9482 | 18,3130 | 32,6349 | 214,3490 | 38,8822 | 17,3815 | 30,7924 | 200,4230 | 38,7016 | 17,8730 | 35,7989 | 484,2585 | 58,9056 | |
| Média Semanal | CA(MG) 347,5359 | CHO(G) 85,4729 | ENERGIA(KCAL) 624,5309 | FE(MG) 4,2465 | LPD(G) 18,3251 | PTN(G) 31,1661 | VIT A(MCG) 324,3522 | VIT C(MG) 37,9323 | | | | | | | | | | | | |

| 04 | 2ª Feira - 20/01/2025 | 3ª Feira - 21/01/2025 | 4ª Feira - 22/01/2025 | 5ª Feira - 23/01/2025 | 6ª Feira - 24/01/2025 | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|-----------------------|--|---|---|---|-------------------|------------------------|----------------------|----------|----------|--------------|----------|----------|----------|--------------|----------|-------|-------|--------------|----------|
| LANCHE MANHÃ | | LEITE PÃO | LEITE PÃO | LEITE PÃO | LEITE PÃO DE TAPIOCA | | | | | | | | | | | | | | | |
| ALMOÇO | FERIADO MUNICIPAL | ARROZ BRANCO FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ | ARROZ BRANCO FEIJÃO OMELETE SALADA DE CHICÓRIA MELANCIA | ARROZ BRANCO ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE PEPINO ABACAXI | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE LARANJA | | | | | | | | | | | | | | | |
| LANCHE TARDE | | MINGAU DE CHOCOLATE | BOLO BANANA | OVOS MEXIDOS | BOLO MAÇÃ | | | | | | | | | | | | | | | |
| JANTAR | | MACARRONADA CARNE À BOLONHESA | SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES | TORTA LEGUMES COM FRANGO | 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 |
| | 425,2942 | 96,7089 | 648,3035 | 3,4913 | 319,9847 | 58,3226 | 443,8890 | 4,1852 | 316,5176 | 51,3467 | 474,9870 | 3,1042 | 333,6374 | 100,6054 | 675,5530 | 4,2213 | | | | |
| | 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 |
| 16,3711 | 30,0617 | 155,7988 | 31,0701 | 15,1649 | 19,2896 | 206,3860 | 30,3062 | 19,7108 | 23,9306 | 253,5630 | 26,9990 | 16,1118 | 34,3237 | 492,9545 | 55,9026 | | | | | |
| Média Semanal | CA(MG) 348,8585 | CHO(G) 76,7459 | ENERGIA(KCAL) 560,7031 | FE(MG) 3,7505 | LPD(G) 16,8396 | PTN(G) 26,9014 | VIT A(MCG) 277,1756 | VIT C(MG) 36,0895 | | | | | | | | | | | | |

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 Fatima dos Passos Moreno
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 CRECHE 7 - 11 MESES (JANEIRO/2025)

| 05 | 2ª Feira - 27/01/2025 | 3ª Feira - 28/01/2025 | 4ª Feira - 29/01/2025 | 5ª Feira - 30/01/2025 | 6ª Feira - 31/01/2025 | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|---|--|---|--|---|-------------------|------------------------|----------------------|----------|----------|--------------|----------|----------|----------|--------------|----------|----------|----------|--------------|----------|
| LANCHE MANHÃ | LEITE PANQUECA DE AVEIA | LEITE PÃO | LEITE PÃO | LEITE PÃO | LEITE PANQUECA DE MAÇÃ | | | | | | | | | | | | | | | |
| ALMOÇO | ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ | ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM ERVILHA SALADA DE PEPINO BANANA | ARROZ BRANCO FEIJÃO PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA DE ACELGA ABACAXI | ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO GRELHADO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE TOMATE MELÃO | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE LARANJA | | | | | | | | | | | | | | | |
| LANCHE TARDE | PASTEL DE FORNO | BOLO MAÇÃ | MUFFIN DE COUVE COM TOMATE | OMELETE COM AVEIA | BOLO BANANA | | | | | | | | | | | | | | | |
| JANTAR | SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES | MACARRONADA CARNE À BOLONHESA | SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES | SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES | PURÊ BATATA COM FRANGO MOLHO | | | | | | | | | | | | | | | |
| Composição Nutricional | CA HG | CHO G | ENERGIA KCAL | FE MG | CA HG | CHO G | ENERGIA KCAL | FE MG | CA HG | CHO G | ENERGIA KCAL | FE MG | CA HG | CHO G | ENERGIA KCAL | FE MG | CA HG | CHO G | ENERGIA KCAL | FE MG |
| | 319,5083 | 95,1645 | 730,5204 | 4,9133 | 320,4913 | 103,1356 | 657,1480 | 4,3167 | 337,8921 | 76,5963 | 595,2170 | 4,3267 | 307,0919 | 51,5388 | 412,6510 | 3,2840 | 348,3467 | 95,6074 | 701,8270 | 4,4774 |
| | 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 |
| 21,8796 | 39,4232 | 882,9840 | 35,6136 | 16,2186 | 28,5008 | 148,0450 | 30,5708 | 22,3137 | 23,5479 | 377,7660 | 42,8273 | 14,3545 | 20,4658 | 208,2700 | 26,5203 | 19,8902 | 37,3948 | 459,3450 | 60,5326 | |
| Média Semanal | CA(MG) 326,6661 | CHO(G) 84,4085 | ENERGIA(KCAL) 619,4727 | FE(MG) 4,2636 | LPD(G) 18,9293 | PTN(G) 29,8665 | VIT A(MCG) 415,2820 | VIT C(MG) 39,2129 | | | | | | | | | | | | |

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 1 - 3 ANOS (JANEIRO/2025)

| 01 | 4ª Feira - 01/01/2025 | | | | 5ª Feira - 02/01/2025 | | | | 6ª Feira - 03/01/2025 | | | | | | | |
|------------------------|-----------------------|----------|----------|--------|-----------------------|---------|----------|---------|---|----------|----------|--------|----------|----------|----------|--------|
| LANCHE MANHÃ | | | | | | | | | LEITE PANQUECA DE MAÇÃ | | | | | | | |
| ALMOÇO | FERIADO NACIONAL | | | | PONTO FACULTATIVO | | | | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE LARANJA | | | | | | | |
| LANCHE TARDE | | | | | | | | | BOLO BANANA | | | | | | | |
| JANTAR | | | | | | | | | SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES | | | | | | | |
| Composição Nutricional | CA | CHO | ENERGIA | FE | CA | CHO | ENERGIA | FE | CA | CHO | ENERGIA | FE | CA | CHO | ENERGIA | FE |
| | MG | G | KCAL | MG | MG | G | KCAL | MG | MG | G | KCAL | MG | MG | G | KCAL | MG |
| | 397,0764 | 122,4515 | 865,4540 | 5,9824 | 23,6344 | 44,2738 | 963,6000 | 89,3008 | 397,0764 | 122,4515 | 865,4540 | 5,9824 | 397,0764 | 122,4515 | 865,4540 | 5,9824 |
| Média Semanal | CA | CHO | ENERGIA | FE | CA | CHO | ENERGIA | FE | CA | CHO | ENERGIA | FE | CA | CHO | ENERGIA | FE |
| | (MG) | (G) | (KCAL) | (MG) | (MG) | (G) | (KCAL) | (MG) | (MG) | (G) | (KCAL) | (MG) | (MG) | (G) | (KCAL) | (MG) |
| | 397,0764 | 122,4515 | 865,4540 | 5,9824 | 23,6344 | 44,2738 | 963,6000 | 89,3008 | 397,0764 | 122,4515 | 865,4540 | 5,9824 | 397,0764 | 122,4515 | 865,4540 | 5,9824 |

| 02 | 2ª Feira - 06/01/2025 | | | | 3ª Feira - 07/01/2025 | | | | 4ª Feira - 08/01/2025 | | | | 5ª Feira - 09/01/2025 | | | | 6ª Feira - 10/01/2025 | | | |
|------------------------|---|----------|----------|--------|--|----------|----------|---------|--|----------|----------|--------|--|----------|----------|---------|--|----------|----------|--------|
| LANCHE MANHÃ | LEITE PÃO DE TAPIOCA | | | | LEITE PÃO | | | | LEITE PÃO | | | | LEITE PÃO | | | | LEITE PÃO DE POLVILHO | | | |
| ALMOÇO | ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ | | | | ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA DE TOMATE ABACAXI | | | | ARROZ BRANCO FEIJÃO PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA DE ACELGA MELANCIA | | | | ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM SELETA SALADA DE PEPINO LARANJA | | | | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA | | | |
| LANCHE TARDE | PASTEL DE FORNO | | | | BOLO BANANA | | | | MUFFIN DE COUVE COM TOMATE | | | | OVOS MEXIDOS | | | | BOLO MAÇÃ | | | |
| JANTAR | SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES | | | | MACARRONADA CARNE À BOLONHESA | | | | SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES | | | | LANCHE CARNE | | | | SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES | | | |
| Composição Nutricional | CA | CHO | ENERGIA | FE | CA | CHO | ENERGIA | FE | CA | CHO | ENERGIA | FE | CA | CHO | ENERGIA | FE | CA | CHO | ENERGIA | FE |
| | MG | G | KCAL | MG | MG | G | KCAL | MG | MG | G | KCAL | MG | MG | G | KCAL | MG | MG | G | KCAL | MG |
| | 367,4040 | 122,8380 | 892,9160 | 6,8191 | 385,2702 | 124,6271 | 833,5010 | 6,7523 | 438,4678 | 131,0199 | 899,3970 | 9,3066 | 451,8501 | 110,4028 | 798,4025 | 7,4512 | 362,6736 | 141,3175 | 903,7240 | 5,6235 |
| Média Semanal | CA | CHO | ENERGIA | FE | CA | CHO | ENERGIA | FE | CA | CHO | ENERGIA | FE | CA | CHO | ENERGIA | FE | CA | CHO | ENERGIA | FE |
| | (MG) | (G) | (KCAL) | (MG) | (MG) | (G) | (KCAL) | (MG) | (MG) | (G) | (KCAL) | (MG) | (MG) | (G) | (KCAL) | (MG) | (MG) | (G) | (KCAL) | (MG) |
| | 400,7347 | 126,0554 | 865,5881 | 7,1905 | 23,3768 | 40,0344 | 567,2007 | 58,4255 | 400,7347 | 126,0554 | 865,5881 | 7,1905 | 23,3768 | 40,0344 | 567,2007 | 58,4255 | 400,7347 | 126,0554 | 865,5881 | 7,1905 |

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 (JANEIRO/2025)

| 03 | 2ª Feira - 13/01/2025 | 3ª Feira - 14/01/2025 | 4ª Feira - 15/01/2025 | 5ª Feira - 16/01/2025 | 6ª Feira - 17/01/2025 | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|--|---|---|---|---|-------------------|------------------------|----------------------|----------|----------|--------------|----------|----------|----------|--------------|----------|----------|----------|--------------|----------|
| LANCHE MANHÃ | LEITE PANQUECA DE AVEIA | LEITE PÃO | LEITE PÃO | LEITE PÃO | LEITE PANQUECA DE MAÇÃ | | | | | | | | | | | | | | | |
| ALMOÇO | ARROZ BRANCO FEIJÃO ISCAS CARNE ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ | ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO CREME DE MILHO SALADA DE PEPIÑO MELÃO | ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA MELANCIA | ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE BANANA | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE LARANJA | | | | | | | | | | | | | | | |
| LANCHE TARDE | MINGAU DE CHOCOLATE | BOLO MAÇÃ | PASTEL DE FORNO | OMELETE COM AVEIA | BOLO BANANA | | | | | | | | | | | | | | | |
| JANTAR | SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES | PURÊ BATATA COM FRANGO MOLHO | SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES | MACARRONADA CARNE À BOLONHESA | 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 |
| | 450,0000 | 113,1094 | 799,5840 | 6,2219 | 446,0782 | 121,4779 | 856,1400 | 6,5085 | 426,3611 | 137,1786 | 999,5020 | 10,5386 | 392,2174 | 141,3480 | 903,0870 | 7,3931 | 397,0764 | 122,4515 | 865,4540 | 5,9824 |
| | 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 |
| | 21,9084 | 35,9481 | 424,8530 | 31,9798 | 25,9620 | 36,8276 | 214,8880 | 40,0140 | 26,0533 | 54,0832 | 344,4220 | 67,3038 | 21,5721 | 39,3284 | 241,9920 | 46,8900 | 23,6344 | 44,2738 | 963,6000 | 89,3008 |
| Média Semanal | CA(MG) 422,3478 | CHO(G) 127,1131 | ENERGIA(KCAL) 884,7534 | FE(MG) 7,3489 | LPD(G) 23,8260 | PTN(G) 42,6922 | VIT A(MCG) 437,9510 | VIT C(MG) 55,0977 | | | | | | | | | | | | |

| 04 | 2ª Feira - 20/01/2025 | 3ª Feira - 21/01/2025 | 4ª Feira - 22/01/2025 | 5ª Feira - 23/01/2025 | 6ª Feira - 24/01/2025 | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|-----------------------|--|---|---|---|-------------------|------------------------|----------------------|----------|---------|--------------|----------|----------|----------|--------------|----------|-------|-------|--------------|----------|
| LANCHE MANHÃ | | LEITE PÃO | LEITE PÃO | LEITE PÃO | LEITE PÃO DE TAPIOCA | | | | | | | | | | | | | | | |
| ALMOÇO | FERIADO MUNICIPAL | ARROZ BRANCO FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ | ARROZ BRANCO FEIJÃO OMELETE SALADA DE CHICÓRIA MELANCIA | ARROZ BRANCO ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE PEPIÑO ABACAXI | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE LARANJA | | | | | | | | | | | | | | | |
| LANCHE TARDE | | MINGAU DE CHOCOLATE | BOLO BANANA | OVOS MEXIDOS | BOLO MAÇÃ | | | | | | | | | | | | | | | |
| JANTAR | | MACARRONADA CARNE À BOLONHESA | SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES | TORTA LEGUMES COM FRANGO | 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 |
| | 470,2313 | 132,4726 | 835,9440 | 6,3114 | 436,9934 | 116,9366 | 825,7060 | 9,1452 | 380,3881 | 90,2643 | 729,1560 | 5,4964 | 380,4426 | 123,3177 | 827,0590 | 5,4978 | | | | |
| | 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 |
| | 17,7313 | 37,9278 | 164,0860 | 37,7010 | 24,4054 | 35,4592 | 373,9080 | 53,9638 | 26,9129 | 32,3893 | 341,0540 | 35,7154 | 20,1296 | 41,8430 | 958,0050 | 88,4330 | | | | |
| Média Semanal | CA(MG) 421,5138 | CHO(G) 115,7478 | ENERGIA(KCAL) 804,3913 | FE(MG) 6,6127 | LPD(G) 22,2949 | PTN(G) 36,9148 | VIT A(MCG) 459,2658 | VIT C(MG) 53,9535 | | | | | | | | | | | | |

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 (JANEIRO/2025)

| 05 | 2ª Feira - 27/01/2025 | 3ª Feira - 28/01/2025 | 4ª Feira - 29/01/2025 | 5ª Feira - 30/01/2025 | 6ª Feira - 31/01/2025 | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------|---|--|---|--|---|-------------------|------------------------|----------------------|----------|----------|-----------------|-------------|----------|----------|-----------------|-------------|----------|----------|-----------------|-------------|
| LANCHE MANHÃ | LEITE PANQUECA DE AVEIA | LEITE PÃO | LEITE PÃO | LEITE PÃO | LEITE PANQUECA DE MAÇÃ | | | | | | | | | | | | | | | |
| ALMOÇO | ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ | ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM ERVILHA SALADA DE PEPINO BANANA | ARROZ BRANCO FEIJÃO PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA DE ACELGA ABACAXI | ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO GRELHADO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE TOMATE MELÃO | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE LARANJA | | | | | | | | | | | | | | | |
| LANCHE TARDE | PASTEL DE FORNO | BOLO MAÇÃ | MUFFIN DE COUVE COM TOMATE | OMELETE COM AVEIA | BOLO BANANA | | | | | | | | | | | | | | | |
| JANTAR | SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES | MACARRONADA CARNE À BOLONHESA | SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES | SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES | PURÊ BATATA COM FRANGO MOLHO | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 |
| | 373,7950 | 120,9546 | 912,4710 | 7,3646 | 398,2554 | 153,4705 | 949,1510 | 7,6402 | 427,0678 | 134,7309 | 913,5970 | 8,4026 | 397,3165 | 113,4750 | 794,3520 | 7,6502 | 400,8567 | 107,0763 | 798,7180 | 5,0278 |
| | 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 |
| 26,4440 | 48,5808 | 912,3600 | 39,5888 | 21,7701 | 39,5959 | 176,2810 | 38,7830 | 26,3275 | 36,3452 | 443,9355 | 66,6494 | 21,4576 | 38,8467 | 707,7660 | 46,4218 | 24,3595 | 41,0404 | 498,9230 | 88,1720 | |
| Média Semanal | CA(MG) 399,4582 | CHO(G) 125,9414 | ENERGIA(KCAL) 873,6578 | FE(MG) 7,2171 | LPD(G) 24,0717 | PTN(G) 40,8818 | VIT A(MCG) 547,8549 | VIT C(MG) 55,9630 | | | | | | | | | | | | |

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