



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](mailto:informatica@pederneiras.sp.gov.br)

### CARDÁPIO CRECHE 7 - 11 MESES (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<br>PÃO DE POLVILHO                                                  |         |                   |          | LEITE<br>PÃO INTEGRAL                                                        |          |                  |          | LEITE<br>PÃO DE CENOURA                                                    |         |                   |          | LEITE<br>PÃO DE MILHO                                                          |         |                      |          | LEITE<br>PÃO DE TAPIOCA                                          |          |              |          |
| ALMOÇO                 | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>FRANGO COM ERVILHA<br>SALADA DE REPOLHO<br>MAÇÃ |         |                   |          | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>CARNE BOVINA COM CENOURA<br>SALADA ALFACE<br>MAMÃO |          |                  |          | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>FRANGO COM BATATA<br>SALADA DE CHICÓRIA<br>MELÃO |         |                   |          | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>PERNIL COM PIMENTÃO<br>SALADA DE ALMEIRÃO<br>ABACAXI |         |                      |          | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO<br>SALADA DE AÇEGLA<br>LARANJA |          |              |          |
| 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    |
|                        | 417,8669                                                                  | 94,3310 | 646,1000          | 3,2632   | 930,6132                                                                     | 115,3341 | 757,6790         | 3,8865   | 251,6027                                                                   | 76,2350 | 559,9160          | 3,5911   | 307,8557                                                                       | 78,7916 | 644,3360             | 4,5392   | 396,8374                                                         | 100,7704 | 676,1630     | 4,3813   |
|                        | 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                                                                   | 29,2597 | 359,1220          | 30,6626  | 19,2013                                                                      | 32,5924  | 443,9000         | 42,0986  | 14,7227                                                                    | 30,6415 | 425,1800          | 20,0942  | 21,1596                                                                        | 36,7095 | 309,6790             | 57,6072  | 16,1126                                                          | 34,4027  | 525,9545     | 56,5926  |
| Média Semanal          | CA(MG)<br>336,9752                                                        |         | CHO(G)<br>93,0928 |          | ENERGIA(KCAL)<br>656,8372                                                    |          | FE(MG)<br>3,9463 |          | LPD(G)<br>17,7722                                                          |         | PTN(G)<br>32,7190 |          | VIT A(MCG)<br>452,6871                                                         |         | VIT C(MG)<br>42,7990 |          |                                                                  |          |              |          |

| 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<br>PÃO DE AVEIA                                                       |         |                   |          | LEITE<br>PÃO DE CENOURA                                                   |          |                  |          | LEITE<br>PÃO DE MILHO                                                          |         |                   |          | LEITE<br>PÃO INTEGRAL                                                     |         |                      |          | LEITE<br>PANQUECA DE MAÇÃ                                     |         |              |          |
| ALMOÇO                 | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>ESTROGONOFE DE CARNE<br>SALADA DE REPOLHO<br>MAÇÃ |         |                   |          | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>PERNIL ACEBOLADO<br>SALADA DE PEPINO<br>ABACAXI |          |                  |          | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>CARNE BOVINA NO MOLHO<br>SALADA DE ALMEIRÃO<br>MAMÃO |         |                   |          | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>FRANGO DOURADINHO<br>SALADA DE TOMATE<br>BANANA |         |                      |          | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO<br>SALADA ALFACE<br>LARANJA |         |              |          |
| LANCHE TARDE           | TORTA LEGUMES COM CARNE                                                     |         |                   |          | MUFFIN DE COUVE COM TOMATE                                                |          |                  |          | MINGAU DE CHOCOLATE                                                            |         |                   |          | OVOS MEXIDOS                                                              |         |                      |          | 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    |
|                        | 325,4046                                                                    | 93,8068 | 671,7720          | 4,7653   | 303,7978                                                                  | 101,5304 | 745,9560         | 3,9708   | 417,1280                                                                       | 78,1889 | 593,5150          | 3,5585   | 305,1093                                                                  | 68,6502 | 648,1220             | 4,0394   | 336,7558                                                      | 58,7359 | 680,3720     | 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 |
|                        | 18,4038                                                                     | 34,9454 | 609,2720          | 34,3256  | 26,5186                                                                   | 28,0859  | 387,5600         | 39,0029  | 17,6879                                                                        | 30,5983 | 192,7625          | 45,5362  | 19,9493                                                                   | 32,0919 | 186,7330             | 30,5614  | 17,9730                                                       | 35,7869 | 484,2655     | 58,5096  |
| Média Semanal          | CA(MG)<br>337,8401                                                          |         | CHO(G)<br>92,0840 |          | ENERGIA(KCAL)<br>669,9438                                                 |          | FE(MG)<br>4,1862 |          | LPD(G)<br>20,0865                                                              |         | PTN(G)<br>32,2921 |          | VIT A(MCG)<br>371,9972                                                    |         | VIT C(MG)<br>40,0266 |          |                                                               |         |              |          |

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 (DEZEMBRO/2025)

|                        |                                                                          |         |                   |          |                                                                                  |          |                  |          |                                                                                  |         |                   |          |                                                                                          |         |                      |          |                                                              |          |              |          |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------|----------|----------------------------------------------------------------------------------|----------|------------------|----------|----------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------|----------|--------------------------------------------------------------|----------|--------------|----------|
| 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           | LEITE<br>PÃO DE POLVILHO                                                 |         |                   |          | LEITE<br>PÃO INTEGRAL                                                            |          |                  |          | LEITE<br>PÃO DE CENOURA                                                          |         |                   |          | LEITE<br>PÃO DE MILHO                                                                    |         |                      |          | LEITE<br>PÃO DE TAPIOCA                                      |          |              |          |
| ALMOÇO                 | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>FRANGO COM SELETA<br>SALADA DE REPOLHO<br>MAÇÃ |         |                   |          | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>CARNE BOVINA COM BATATA<br>SALADA DE ACELGA<br>LARANJA |          |                  |          | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>FRANGO ASSADO<br>SALADA BATATA, CENOURA E OVO<br>MELÃO |         |                   |          | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>PERNIL ASSADO<br>CREME DE MILHO<br>SALADA DE PEPINO<br>ABACAXI |         |                      |          | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO<br>SALADA ALFACE<br>BANANA |          |              |          |
| LANCHE TARDE           | MINGAU DE CHOCOLATE                                                      |         |                   |          | BOLO COCO                                                                        |          |                  |          | BOLINHO DE CARNE                                                                 |         |                   |          | OMELETE COM AVEIA                                                                        |         |                      |          | BOLO MAÇÃ                                                    |          |              |          |
| JANTAR                 | SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES                                           |         |                   |          | POLENTA COM CARNE MOÍDA 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    |
|                        | 414,4709                                                                 | 93,1271 | 631,6000          | 3,0605   | 336,2241                                                                         | 117,7186 | 779,6510         | 4,5538   | 297,7007                                                                         | 79,0064 | 590,0600          | 4,6921   | 323,4271                                                                                 | 93,9908 | 617,8030             | 3,3225   | 315,6374                                                     | 119,9264 | 739,9530     | 4,4713   |
|                        | 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 |
|                        | 17,1389                                                                  | 27,9474 | 592,0170          | 31,1576  | 20,1713                                                                          | 34,3385  | 183,1350         | 48,6252  | 16,8397                                                                          | 30,0192 | 716,0520          | 25,0112  | 18,5407                                                                                  | 29,5289 | 183,8300             | 32,2826  | 16,5158                                                      | 34,7897  | 489,6945     | 33,1626  |
| Média Semanal          | CA(MG)<br>337,4921                                                       |         | CHO(G)<br>98,1537 |          | ENERGIA(KCAL)<br>671,5150                                                        |          | FE(MG)<br>3,8979 |          | LPD(G)<br>17,8402                                                                |         | PTN(G)<br>31,4869 |          | VIT A(MCG)<br>426,7457                                                                   |         | VIT C(MG)<br>34,0418 |          |                                                              |          |              |          |

|                        |                                                                    |         |                   |          |                                                               |         |                  |          |                       |  |                   |  |                        |  |                      |  |                       |  |  |  |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------|-------------------|----------|---------------------------------------------------------------|---------|------------------|----------|-----------------------|--|-------------------|--|------------------------|--|----------------------|--|-----------------------|--|--|--|
| 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           | LEITE<br>PÃO DE AVEIA                                              |         |                   |          | LEITE<br>PÃO DE CENOURA                                       |         |                  |          |                       |  |                   |  |                        |  |                      |  |                       |  |  |  |
| ALMOÇO                 | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>ISCAS CARNE<br>SALADA DE REPOLHO<br>MAÇÃ |         |                   |          | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO<br>SALADA ALFACE<br>LARANJA |         |                  |          | PONTO FACULTATIVO     |  |                   |  | FERIADO NACIONAL       |  |                      |  | PONTO FACULTATIVO     |  |  |  |
| LANCHE TARDE           | TORTA LEGUMES COM CARNE                                            |         |                   |          | OVOS MEXIDOS                                                  |         |                  |          |                       |  |                   |  |                        |  |                      |  |                       |  |  |  |
| JANTAR                 | SOPA CARNE, MACARRÃO 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    |                       |  |                   |  |                        |  |                      |  |                       |  |  |  |
|                        | 317,4681                                                           | 88,0152 | 617,6110          | 4,0541   | 335,4749                                                      | 91,7402 | 694,9580         | 3,8793   |                       |  |                   |  |                        |  |                      |  |                       |  |  |  |
|                        | LPD G                                                              | PTN G   | VIT A MCG         | VIT C MG | LPD G                                                         | PTN G   | VIT A MCG        | VIT C MG |                       |  |                   |  |                        |  |                      |  |                       |  |  |  |
|                        | 17,3780                                                            | 29,0968 | 592,0890          | 30,9596  | 19,6786                                                       | 28,5700 | 658,0780         | 59,2706  |                       |  |                   |  |                        |  |                      |  |                       |  |  |  |
| Média Semanal          | CA(MG)<br>326,4815                                                 |         | CHO(G)<br>89,8817 |          | ENERGIA(KCAL)<br>656,3850                                     |         | FE(MG)<br>3,8167 |          | LPD(G)<br>18,5268     |  | PTN(G)<br>33,8334 |  | VIT A(MCG)<br>625,0890 |  | VIT C(MG)<br>44,9136 |  |                       |  |  |  |

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 (DEZEMBRO/2025)**

|                        |                                                                                   |         |                    |          |                                                                 |          |                  |          |                       |  |                   |  |                        |  |                      |  |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------|--------------------|----------|-----------------------------------------------------------------|----------|------------------|----------|-----------------------|--|-------------------|--|------------------------|--|----------------------|--|
| 01                     | 2ª Feira - 29/12/2025                                                             |         |                    |          | 3ª Feira - 30/12/2025                                           |          |                  |          | 4ª Feira - 31/12/2025 |  |                   |  |                        |  |                      |  |
| LANCHE MANHÃ           | LEITE<br>PÃO DE POLVILHO                                                          |         |                    |          | LEITE<br>PÃO INTEGRAL                                           |          |                  |          |                       |  |                   |  |                        |  |                      |  |
| ALMOÇO                 | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>ESTROGONOFE DE FRANGO<br>SALADA DE REPOLHO<br>BOLO MAÇÃ |         |                    |          | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO<br>SALADA DE AÇELGA<br>BANANA |          |                  |          | PONTO FACULTATIVO     |  |                   |  |                        |  |                      |  |
| LANCHE TARDE           | MINGAU DE CHOCOLATE                                                               |         |                    |          | MUFFIN DE COUVE COM TOMATE                                      |          |                  |          |                       |  |                   |  |                        |  |                      |  |
| JANTAR                 | SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES                                                    |         |                    |          | POLENTA COM FRANGO MOLHO                                        |          |                  |          |                       |  |                   |  |                        |  |                      |  |
| Composição Nutricional | CA MG                                                                             | CHO G   | ENERGIA KCal       | FE MG    | CA MG                                                           | CHO G    | ENERGIA KCal     | FE MG    |                       |  |                   |  |                        |  |                      |  |
|                        | 427,5105                                                                          | 92,7299 | 659,7315           | 3,4978   | 927,2359                                                        | 144,7200 | 971,9620         | 5,5795   |                       |  |                   |  |                        |  |                      |  |
|                        | LPD G                                                                             | PTN G   | VIT A MCG          | VIT C MG | LPD G                                                           | PTN G    | VIT A MCG        | VIT C MG |                       |  |                   |  |                        |  |                      |  |
|                        | 18,7656                                                                           | 30,0360 | 570,3590           | 20,4141  | 27,3080                                                         | 41,6263  | 860,9710         | 45,6412  |                       |  |                   |  |                        |  |                      |  |
| Média Semanal          | CA(MG)<br>377,3733                                                                |         | CHO(G)<br>118,7250 |          | ENERGIA(KCAL)<br>815,8468                                       |          | FE(MG)<br>4,5356 |          | LPD(G)<br>23,0372     |  | PTN(G)<br>36,2312 |  | VIT A(MCG)<br>573,6634 |  | VIT C(MG)<br>37,0279 |  |

**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 CRECHE 1 - 3 ANOS (DEZEMBRO/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](mailto:informatica@pederneiras-sp.gov.br)

| 49                     | 2º Feira - 01/12/2025                                                                                                                                                                 | 3º Feira - 02/12/2025                                                                                                                                                               | 4º Feira - 03/12/2025                                                                                                                                                               | 5º Feira - 04/12/2025                                                                                                                                                               | 6º Feira - 05/12/2025                                                                                                                                                                              |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| LANCHE MANHÃ           | LEITE<br>PÃO DE POLVILHO                                                                                                                                                              | LEITE<br>PÃO INTEGRAL                                                                                                                                                               | LEITE<br>PÃO DE CENOURA                                                                                                                                                             | LEITE<br>PÃO DE MILHO                                                                                                                                                               | LEITE<br>PÃO DE TAPIOCA                                                                                                                                                                            |
| ALMOÇO                 | ARROZ BRANCO<br>FRANGO COM REPOLHO<br>SALADA DE REPOLHO<br>MACÃ                                                                                                                       | ARROZ BRANCO<br>CARNE BOVINA COM CENOURA<br>SALADA ALFACE<br>MAMÃO                                                                                                                  | ARROZ BRANCO<br>FEIJO<br>FRANGO COM BATATA<br>SALADA DE CHICÓRIA<br>MELÃO                                                                                                           | ARROZ BRANCO<br>FEIJO<br>PERNIL COM PIMENTÃO<br>SALADA DE ALMEIRÃO<br>ABACAXI                                                                                                       | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO<br>SALADA DE AÇEITGA<br>LARANJA                                                                                                                                  |
| 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 MOIDA MOLHO                                                                                                                                                       | SOPA CARNE, FUBA E LEGUMES                                                                                                                                                                         |
| Composição Nutricional | CA (MG)<br>g<br>452,8966<br>120,1697<br>808,6650<br>ENERGIA<br>KCAL<br>MG<br>CA<br>MG<br>397,9267<br>149,2685<br>952,9090<br>VIT A<br>MG<br>610,7410<br>42,0334<br>32,6888<br>31,9863 | CA (MG)<br>g<br>371,8156<br>125,2240<br>641,0340<br>ENERGIA<br>KCAL<br>MG<br>CA<br>MG<br>18,4508<br>43,9367<br>499,2290<br>VIT A<br>MG<br>610,7410<br>42,0334<br>32,6888<br>31,9863 | CA (MG)<br>g<br>395,7392<br>126,6170<br>925,9930<br>ENERGIA<br>KCAL<br>MG<br>CA<br>MG<br>49,4778<br>43,9367<br>499,2290<br>VIT A<br>MG<br>610,7410<br>42,0334<br>32,6888<br>31,9863 | CA (MG)<br>g<br>395,7392<br>126,6170<br>925,9930<br>ENERGIA<br>KCAL<br>MG<br>CA<br>MG<br>47,7561<br>43,9367<br>499,2290<br>VIT A<br>MG<br>610,7410<br>42,0334<br>32,6888<br>31,9863 | CA (MG)<br>g<br>395,7392<br>126,6170<br>925,9930<br>ENERGIA<br>KCAL<br>MG<br>CA<br>MG<br>42,0410<br>42,0410<br>499,2290<br>VIT A<br>MG<br>610,7410<br>42,0410<br>499,2290<br>VIT C (MG)<br>60,1007 |
| Semanal                | 396,9241<br>129,0288<br>871,9516<br>6,5892<br>21,5948<br>42,3834<br>591,5492<br>60,1007                                                                                               |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                    |

| 50                    | LANCHE MANHÃ              | ALMOÇO                                                                         | LANCHE TARDE               | JANTAR                            | Composição Nutricional                                                                                                                                                                                                                | Semanal                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2ª Feira - 08/12/2025 | LEITE<br>PÃO DE AVEIA     | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>ESTROGONOFÊ DE CARNE<br>SALADA DE REPOLHO<br>MAÇÃ    | TORTA LEGUMES COM CARNE    | SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES    | CA (MG)<br>g<br>395,4262<br>CHO (G)<br>g<br>126,4542<br>ENERGIA (KCAL)<br>g<br>894,9064<br>FE (MG)<br>g<br>6,6589<br>LPD (G)<br>g<br>25,8652<br>PTN (G)<br>g<br>41,6658<br>VIT A (MCG)<br>g<br>482,3063<br>VIT C (MG)<br>g<br>57,5896 | 28,4036<br>LFD<br>g<br>44,3507<br>PIN<br>g<br>527,8080<br>VIT A<br>g<br>395,4262<br>CHO (G)<br>g<br>126,4542<br>ENERGIA (KCAL)<br>g<br>894,9064<br>FE (MG)<br>g<br>6,6589<br>LPD (G)<br>g<br>25,8652<br>PTN (G)<br>g<br>41,6658<br>VIT A (MCG)<br>g<br>482,3063<br>VIT C (MG)<br>g<br>57,5896 |
| 3ª Feira - 09/12/2025 | LEITE<br>PÃO DE CENOURA   | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>PERNIL ACEBOLADO<br>SALADA DE PEPINO<br>ABACAXI      | MUFFIN DE COQUE COM TOMATE | POLENTA COM FRANGO MOLHO          | CA (MG)<br>g<br>479,3131<br>CHO (G)<br>g<br>126,3106<br>ENERGIA (KCAL)<br>g<br>894,9064<br>FE (MG)<br>g<br>6,6589<br>LPD (G)<br>g<br>25,8652<br>PTN (G)<br>g<br>41,6658<br>VIT A (MCG)<br>g<br>482,3063<br>VIT C (MG)<br>g<br>57,5896 | 44,0113<br>LFD<br>g<br>44,3507<br>PIN<br>g<br>527,8080<br>VIT A<br>g<br>395,4262<br>CHO (G)<br>g<br>126,4542<br>ENERGIA (KCAL)<br>g<br>894,9064<br>FE (MG)<br>g<br>6,6589<br>LPD (G)<br>g<br>25,8652<br>PTN (G)<br>g<br>41,6658<br>VIT A (MCG)<br>g<br>482,3063<br>VIT C (MG)<br>g<br>57,5896 |
| 4ª Feira - 10/12/2025 | LEITE<br>PÃO DE MILHO     | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>CARNE BOVINA NO MOLHO<br>SALADA DE ALMEIRÃO<br>MAMÃO | MINGAU DE CHOCOLATE        | SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES      | CA (MG)<br>g<br>479,3131<br>CHO (G)<br>g<br>126,3106<br>ENERGIA (KCAL)<br>g<br>894,9064<br>FE (MG)<br>g<br>6,6589<br>LPD (G)<br>g<br>25,8652<br>PTN (G)<br>g<br>41,6658<br>VIT A (MCG)<br>g<br>482,3063<br>VIT C (MG)<br>g<br>57,5896 | 44,0113<br>LFD<br>g<br>44,3507<br>PIN<br>g<br>527,8080<br>VIT A<br>g<br>395,4262<br>CHO (G)<br>g<br>126,4542<br>ENERGIA (KCAL)<br>g<br>894,9064<br>FE (MG)<br>g<br>6,6589<br>LPD (G)<br>g<br>25,8652<br>PTN (G)<br>g<br>41,6658<br>VIT A (MCG)<br>g<br>482,3063<br>VIT C (MG)<br>g<br>57,5896 |
| 5ª Feira - 11/12/2025 | LEITE<br>PÃO INTEGRAL     | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>FRANGO DOURADINHO<br>SALADA DE TOMATE<br>BANANA      | OVOS MEXIDOS               | PURÊ BATATA COM CARNE MOIDA MOLHO | CA (MG)<br>g<br>479,3131<br>CHO (G)<br>g<br>126,3106<br>ENERGIA (KCAL)<br>g<br>894,9064<br>FE (MG)<br>g<br>6,6589<br>LPD (G)<br>g<br>25,8652<br>PTN (G)<br>g<br>41,6658<br>VIT A (MCG)<br>g<br>482,3063<br>VIT C (MG)<br>g<br>57,5896 | 44,0113<br>LFD<br>g<br>44,3507<br>PIN<br>g<br>527,8080<br>VIT A<br>g<br>395,4262<br>CHO (G)<br>g<br>126,4542<br>ENERGIA (KCAL)<br>g<br>894,9064<br>FE (MG)<br>g<br>6,6589<br>LPD (G)<br>g<br>25,8652<br>PTN (G)<br>g<br>41,6658<br>VIT A (MCG)<br>g<br>482,3063<br>VIT C (MG)<br>g<br>57,5896 |
| 6ª Feira - 12/12/2025 | LEITE<br>PANQUECA DE MAÇÃ | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO<br>SALADA ALFACE<br>LARANJA                  | BOLO BANANA                | SOPA CARNE, FUBA E LEGUMES        | CA (MG)<br>g<br>479,3131<br>CHO (G)<br>g<br>126,3106<br>ENERGIA (KCAL)<br>g<br>894,9064<br>FE (MG)<br>g<br>6,6589<br>LPD (G)<br>g<br>25,8652<br>PTN (G)<br>g<br>41,6658<br>VIT A (MCG)<br>g<br>482,3063<br>VIT C (MG)<br>g<br>57,5896 | 44,0113<br>LFD<br>g<br>44,3507<br>PIN<br>g<br>527,8080<br>VIT A<br>g<br>395,4262<br>CHO (G)<br>g<br>126,4542<br>ENERGIA (KCAL)<br>g<br>894,9064<br>FE (MG)<br>g<br>6,6589<br>LPD (G)<br>g<br>25,8652<br>PTN (G)<br>g<br>41,6658<br>VIT A (MCG)<br>g<br>482,3063<br>VIT C (MG)<br>g<br>57,5896 |

**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 CRECHE 1 - 3 ANOS (DEZEMBRO/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

| 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                  | LEITE<br>PÃO DE POLVILHO                                                 | LEITE<br>PÃO INTEGRAL                                                            | LEITE<br>PÃO DE CENOURA                                                                           | LEITE<br>PÃO DE MILHO                                                                    | LEITE<br>PÃO DE TAPIOCA                                     |
| ALMOÇO                        | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>FRANGO COM SELETA<br>SALADA DE REPOLHO<br>MAÇÃ | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>CARNE BOVINA COM BATATA<br>SALADA DE AÇEIGA<br>LARANJA | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>FRANGO ASSADO<br>PÃO DE CENOURA E OVO<br>SALADA BATATA, CENOURA E MELÃO | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>PERNIL ASSADO<br>CREME DE MILHO<br>SALADA DE PEPINO<br>ABACAXI | MACARONADA PICADINHO CARNE MOLHO<br>SALADA ALFACE<br>BANANA |
| LANCHE TARDE                  | MINGAU DE CHOCOLATE                                                      | BOLO COCO                                                                        | BOLINHO DE CARNE                                                                                  | OMELETE COM AVEIA                                                                        | BOLO MAÇÃ                                                   |
| JANTAR                        | SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES                                           | POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO                                                    | SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES                                                                      | MACARONADA CARNE À BOLONHESA                                                             | SOPA CARNE, FUBA E LEGUMES                                  |
| <b>Composição Nutricional</b> |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| Média Semanal                 |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| CA(MG) 401,9821               |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| CHO(G) 137,3537               |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| ENERGIA(KCAL) 919,9938        |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| FE(MG) 6,6665                 |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| LPD(G) 23,1023                |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| PTN(G) 43,0244                |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| VIT A(MCG) 555,3288           |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| VIT C(MG) 50,8047             |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| Média Nutricional             |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 20,5504                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 44,7253                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 443,7260                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 35,7780                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 25,2800                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 51,2294                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 282,4060                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 62,5880                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 22,6993                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 44,6901                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 906,4730                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 49,8180                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 26,3950                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 42,7001                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 226,0590                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 41,7740                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 20,3068                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 42,1910                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 947,1050                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 48,1538                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| Média Nutricional             |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 446,3205                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 117,7609                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 707,7690                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 5,3760                        |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 419,6766                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 163,8762                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 1,074,8590                    |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 8,3669                        |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 380,4790                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 129,8419                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 901,8080                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 7,7313                        |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 406,0822                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 136,8719                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 965,5690                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 6,0907                        |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 357,6426                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 139,5977                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 890,6590                      |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 5,2688                        |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| Média Nutricional             |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 48,1538                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| Média Nutricional             |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |
| 48,1538                       |                                                                          |                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                          |                                                             |

| 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                  | LEITE<br>PÃO DE AVEIA                                              | LEITE<br>PÃO DE CENOURA                                      |                       |                       |                       |
| ALMOÇO                        | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>ISCAS CARNE<br>SALADA DE REPOLHO<br>MAÇÃ | MACARONADA PICADINHO CARNE MOLHO<br>SALADA ALFACE<br>LARANJA | PONTO FACULTATIVO     | FERIADO NACIONAL      | PONTO FACULTATIVO     |
| LANCHE TARDE                  | TORTA LEGUMES COM CARNE                                            | OVOS MEXIDOS                                                 |                       |                       |                       |
| JANTAR                        | SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES                                     | PURÊ BATATA COM FRANGO MOLHO                                 |                       |                       |                       |
| <b>Composição Nutricional</b> |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| Média Semanal                 |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| CA(MG) 380,7698               |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| CHO(G) 106,2730               |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| ENERGIA(KCAL) 810,1680        |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| FE(MG) 5,2839                 |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| LPD(G) 25,4376                |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| PTN(G) 40,6327                |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| VIT A(MCG) 606,0240           |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| VIT C(MG) 59,4096             |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| Média Nutricional             |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 27,5015                       |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 37,7683                       |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 400,7290                      |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 32,1242                       |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 23,2837                       |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 49,4971                       |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 772,3190                      |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 86,8950                       |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| Média Nutricional             |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 37,0186                       |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 111,6436                      |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 898,6420                      |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 6,3653                        |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 390,5240                      |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 100,7024                      |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 780,4940                      |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 4,2014                        |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| Média Nutricional             |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |
| 48,1538                       |                                                                    |                                                              |                       |                       |                       |

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 - CEMRA**

**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 (DEZEMBRO/2025)**

| Dia da<br>Semana          | CA(Mg)<br>402,0652                                                           |          |                 |             | CHO(g)<br>134,2175                                              |          | ENERGIA(KCAL)<br>889,9835 |             | FE(Mg)<br>5,5864      |          | LPD(g)<br>23,4175 |          | PTN(g)<br>38,9560 |          | VIT A(MCG)<br>524,2120 |          | VIT C(MG)<br>41,8740 |          |                 |          |
|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------------|-------------|-----------------------------------------------------------------|----------|---------------------------|-------------|-----------------------|----------|-------------------|----------|-------------------|----------|------------------------|----------|----------------------|----------|-----------------|----------|
|                           | CA<br>g                                                                      | CHO<br>g | ENERGIA<br>KCAL | FE<br>mg    | CA<br>g                                                         | CHO<br>g | ENERGIA<br>KCAL           | FE<br>mg    | CA<br>g               | CHO<br>g | ENERGIA<br>KCAL   | FE<br>mg | CA<br>g           | CHO<br>g | ENERGIA<br>KCAL        | FE<br>mg | CA<br>g              | CHO<br>g | ENERGIA<br>KCAL | FE<br>mg |
| Composição<br>Nutricional | 17,9151                                                                      | 34,2406  | 433,2430        | 31,4119     | 28,9199                                                         | 43,6714  | 615,3010                  | 32,3861     |                       |          |                   |          |                   |          |                        |          |                      |          |                 |          |
|                           | LPD<br>g                                                                     | PTN<br>g | VIT A<br>mg     | VIT C<br>mg | LPD<br>g                                                        | PTN<br>g | VIT A<br>mg               | VIT C<br>mg |                       |          |                   |          |                   |          |                        |          |                      |          |                 |          |
|                           | 44,4453                                                                      | 117,1466 | 762,0700        | 5,2343      | 359,6851                                                        | 181,7882 | 1,017,8970                | 5,9866      |                       |          |                   |          |                   |          |                        |          |                      |          |                 |          |
|                           |                                                                              |          |                 |             |                                                                 |          |                           |             |                       |          |                   |          |                   |          |                        |          |                      |          |                 |          |
| JANTAR                    | SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES                                               |          |                 |             | POLENTA COM FRANGO MOLHO                                        |          |                           |             |                       |          |                   |          |                   |          |                        |          |                      |          |                 |          |
| LANCHE<br>TARDE           | MINGAU DE CHOCOLATE                                                          |          |                 |             | MUFFIN DE COUVE COM TOMATE                                      |          |                           |             |                       |          |                   |          |                   |          |                        |          |                      |          |                 |          |
| ALMOÇO                    | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>ESTRAGONOFE DE FRANGO<br>SALADA DE REPOLHO<br>MACÃ |          |                 |             | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO<br>SALADA DE ACELGA<br>BANANA |          |                           |             | PONTO FACULTATIVO     |          |                   |          |                   |          |                        |          |                      |          |                 |          |
| LANCHE<br>MANHÃ           | PÃO DE POLVILHO<br>LEITE                                                     |          |                 |             | PÃO INTEGRAL<br>LEITE                                           |          |                           |             |                       |          |                   |          |                   |          |                        |          |                      |          |                 |          |
| 01                        | 2ª Feira - 29/12/2025                                                        |          |                 |             | 3ª Feira - 30/12/2025                                           |          |                           |             | 4ª Feira - 31/12/2025 |          |                   |          |                   |          |                        |          |                      |          |                 |          |

**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 PRÉ ESCOLA 4 - 5 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                 | LEITE<br>MAÇA                                                                           | LEITE<br>PÃO INTEGRAL                                                                     | LEITE<br>PÃO DE CENOURA                                                   | LEITE<br>PÃO DE MILHO                                                         | LEITE<br>LARANJA                                                        |
| REFEIÇÃO               | ARROZ BRANCO<br>FEIJO<br>FRANGO COM ERVILHA<br>SALADA DE REPOLHO<br>MAÇA                | ARROZ BRANCO<br>FEIJO<br>CARNE BOVINA COM CENOURA<br>SALADA DE ALFACE<br>MAMÃO            | ARROZ BRANCO<br>FEIJO<br>FRANGO COM BATATA<br>SALADA DE CHICÓRIA<br>MELÃO | ARROZ BRANCO<br>FEIJO<br>PERNIL COM PIMENTÃO<br>SALADA DE ALMEIRÃO<br>ABACAXI | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO<br>SALADA DE ACELGA<br>LARANJA        |
| Composição Nutricional | CHO g 79,553<br>ENERGIA KCAL 443,7570<br>LPO g 9,8735<br>PTN g 16,2776<br>CHO g 75,6180 | CHO g 56,8430<br>ENERGIA KCAL 508,8430<br>LPO g 12,5663<br>PTN g 24,2939<br>CHO g 76,0244 | CHO g 45,2700<br>ENERGIA KCAL 456,2700<br>LPO g 8,4058<br>PTN g 19,8424   | CHO g 72,253<br>ENERGIA KCAL 469,0550<br>LPO g 10,9713<br>PTN g 22,3166       | CHO g 62,3442<br>ENERGIA KCAL 381,9560<br>LPO g 9,7626<br>PTN g 19,7419 |
| Média Semanal          | CHO(g) 72,9500<br>ENERGIA(KCAL) 451,4522<br>LPD(g) 9,5353<br>PTN(g) 20,4947             |                                                                                           |                                                                           |                                                                               |                                                                         |

| 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                 | LEITE<br>MAÇA                                                                           | LEITE<br>PÃO DE CENOURA                                                  | LEITE<br>PÃO DE MILHO                                                         | LEITE<br>PÃO INTEGRAL                                                    | LEITE                                                                   |
| REFEIÇÃO               | ARROZ BRANCO<br>FEIJO<br>ESTROGONOFÉ DE CARNE<br>SALADA DE REPOLHO<br>MAÇA              | ARROZ BRANCO<br>FEIJO<br>PERNIL ACEBOLADO<br>SALADA DE PEPINO<br>ABACAXI | ARROZ BRANCO<br>FEIJO<br>CARNE BOVINA NO MOLHO<br>SALADA DE ALMEIRÃO<br>MAMÃO | ARROZ BRANCO<br>FEIJO<br>FRANGO DOURADINHO<br>SALADA DE TOMATE<br>BANANA | MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO<br>SALADA DE ALFACE<br>LARANJA        |
| Composição Nutricional | CHO g 83,105<br>ENERGIA KCAL 480,2000<br>LPO g 6,0126<br>PTN g 23,9576<br>CHO g 77,1354 | CHO g 46,2970<br>ENERGIA KCAL 497,9220<br>LPO g 10,1998<br>PTN g 9,7320  | CHO g 67,9328<br>ENERGIA KCAL 454,1310<br>LPO g 9,6937<br>PTN g 24,6007       | CHO g 93,1475<br>ENERGIA KCAL 540,6000<br>LPO g 11,5198<br>PTN g 20,0503 | CHO g 52,8742<br>ENERGIA KCAL 342,5550<br>LPO g 6,5646<br>PTN g 18,8819 |
| Média Semanal          | CHO(g) 74,9201<br>ENERGIA(KCAL) 458,3568<br>LPD(g) 9,1315<br>PTN(g) 21,1992             |                                                                          |                                                                               |                                                                          |                                                                         |

| 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                 |                       |                       |                       |                       |                       |
| REFEIÇÃO               | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR       |
| Composição Nutricional |                       |                       |                       |                       |                       |
| Média Semanal          |                       |                       |                       |                       |                       |

**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 (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       | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR       |
| 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       | PONTO FACULTATIVO     |  |  |
| Composição Nutricional |                       |                       |                       |  |  |
| Média Semanal          |                       |                       |                       |  |  |

### 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 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](mailto:informatica@pederneiras.sp.gov.br)

### CARDÁPIO PRÉ ESCOLA INTEGRAL 04-05 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<br>MAÇÃ                                                     |              |         |         | LEITE<br>PÃO INTEGRAL                                                  |              |         |         | LEITE<br>PÃO DE CENOURA                                           |              |         |         | LEITE<br>PÃO DE MILHO                                               |              |         |         | LEITE<br>LARANJA                                         |              |         |         |
| ALMOÇO                 | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>FRANGO COM ERVILHA<br>SALADA DE REPOLHO |              |         |         | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>CARNE BOVINA COM CENOURA<br>SALADA DE ALFACE |              |         |         | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>FRANGO COM BATATA<br>SALADA DE CHICÓRIA |              |         |         | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>PERNIL COM PIMENTÃO<br>SALADA DE ALMEIRÃO |              |         |         | MACARRONADA PICADINHO CARNE NO MOLHO<br>SALADA DE AÇELGA |              |         |         |
| LANCHE TARDE           | PÃO<br>MAÇÃ                                                       |              |         |         | PÃO<br>MAMÃO                                                           |              |         |         | PÃO<br>MELÃO                                                      |              |         |         | PÃO<br>ABACAXI                                                      |              |         |         | PÃO<br>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   |
|                        | 163,2484                                                          | 910,7920     | 15,9797 | 29,8721 | 162,2849                                                               | 949,7180     | 16,0537 | 41,0177 | 172,6073                                                          | 1.082,4050   | 22,6712 | 44,7413 | 159,0397                                                            | 886,9550     | 17,8609 | 41,4468 | 160,8259                                                 | 994,4960     | 15,8691 | 55,4109 |
| Média Semanal          | CHO(G)<br>163,3406                                                |              |         |         | ENERGIA(KCAL)<br>974,7532                                              |              |         |         | LPD(G)<br>17,4509                                                 |              |         |         | PTN(G)<br>43,1977                                                   |              |         |         |                                                          |              |         |         |

|                        |                                                                     |              |         |         |                                                                |              |         |         |                                                                       |              |         |         |                                                                 |              |         |         |                                                          |              |         |         |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------|---------|---------|----------------------------------------------------------------|--------------|---------|---------|-----------------------------------------------------------------------|--------------|---------|---------|-----------------------------------------------------------------|--------------|---------|---------|----------------------------------------------------------|--------------|---------|---------|
| 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<br>MAÇÃ                                                       |              |         |         | LEITE<br>PÃO DE CENOURA                                        |              |         |         | LEITE<br>PÃO DE MILHO                                                 |              |         |         | LEITE<br>PÃO INTEGRAL                                           |              |         |         | LEITE<br>LARANJA                                         |              |         |         |
| ALMOÇO                 | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>ESTROGONOFÉ DE CARNE<br>SALADA DE REPOLHO |              |         |         | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>PERNIL ACEBOLADO<br>SALADA DE PEPINO |              |         |         | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>CARNE BOVINA NO MOLHO<br>SALADA DE ALMEIRÃO |              |         |         | ARROZ BRANCO<br>FEIJÃO<br>FRANGO DOURADINHO<br>SALADA DE TOMATE |              |         |         | MACARRONADA PICADINHO CARNE NO MOLHO<br>SALADA DE ALFACE |              |         |         |
| LANCHE TARDE           | PÃO<br>MAÇÃ                                                         |              |         |         | PÃO<br>ABACAXI                                                 |              |         |         | PÃO<br>MAMÃO                                                          |              |         |         | PÃO<br>BANANA                                                   |              |         |         | PÃO<br>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   |
|                        | 176,6228                                                            | 1.034,6800   | 15,1581 | 46,4908 | 166,4912                                                       | 1.002,1030   | 25,1890 | 51,5354 | 157,1469                                                              | 870,6070     | 17,0315 | 47,8834 | 179,8755                                                        | 1.010,4700   | 17,5281 | 36,8827 | 159,8208                                                 | 991,3960     | 15,6471 | 55,0713 |
| Média Semanal          | CHO(G)<br>167,9918                                                  |              |         |         | ENERGIA(KCAL)<br>1.019,7912                                    |              |         |         | LPD(G)<br>18,3448                                                     |              |         |         | PTN(G)<br>47,9687                                               |              |         |         |                                                          |              |         |         |

|                        |                       |  |  |  |                       |  |  |  |                       |  |  |  |                       |  |  |  |                       |  |  |  |
|------------------------|-----------------------|--|--|--|-----------------------|--|--|--|-----------------------|--|--|--|-----------------------|--|--|--|-----------------------|--|--|--|
| 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: 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 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](mailto:informatica@pederneiras.sp.gov.br)

### CARDÁPIO PRÉ ESCOLA INTEGRAL 04-05 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<br>PONTO FACULTATIVO | RECESSO ESCOLAR<br>FERIADO NACIONAL | RECESSO ESCOLAR<br>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<br>PONTO FACULTATIVO |  |  |
| LANCHE TARDE           |                       |                       |                                      |  |  |
| Composição Nutricional |                       |                       |                                      |  |  |
| Média Semanal          |                       |                       |                                      |  |  |

#### 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



**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 ENSINO FUNDAMENTAL 6 - 10 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<br>FRANGO COM ERVILHA<br>SALADA DE REPOLHO                                       | ARROZ<br>FEIJO CARIOCA<br>CARNE BOVINA COM CENOURA<br>SALADA DE ALFACE             | ARROZ<br>FRANGO COM BATATA<br>SALADA DE CHICÓRIA<br>MEIÃO                            | ARROZ<br>FEIJO CARIOCA<br>PERNIT COM PIMENTÃO<br>SALADA DE ALMEIRÃO<br>ABACAXI       | MACARONADA COM PICADINHO CARNE<br>MOLHO<br>SALADA DE AÇEIGA<br>LARANJA               |
| Composição Nutricional | CHO 68,0964<br>g<br>ENERGIA 537,1620<br>KCAL<br>LPO 537,1620<br>g<br>PTN 537,1620<br>g | CHO 72,2758<br>g<br>ENERGIA 489,8500<br>KCAL<br>LPO 9,4773<br>g<br>PTN 9,4773<br>g | CHO 79,1882<br>g<br>ENERGIA 619,0820<br>KCAL<br>LPO 10,1716<br>g<br>PTN 26,0524<br>g | CHO 93,7276<br>g<br>ENERGIA 531,8920<br>KCAL<br>LPO 10,8243<br>g<br>PTN 27,2209<br>g | CHO 79,5882<br>g<br>ENERGIA 547,7220<br>KCAL<br>LPO 12,1456<br>g<br>PTN 31,2849<br>g |
| Média Semanal          | CHO(g) 76,7240                                                                         | ENERGIA(KCAL) 523,8356                                                             | LPD(g) 12,0285                                                                       | PTN(g) 28,1760                                                                       |                                                                                      |

| 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<br>ESTROGONOFE CARNE<br>SALADA DE REPOLHO                                      | ARROZ<br>FEIJO CARIOCA<br>PERNIT ACEBOLADO<br>SALADA DE PEPINO                       | POLENTA COM CARNE MOIDA MOLHO<br>SALADA DE ALMEIRÃO<br>MAMÃO                         | ARROZ<br>FEIJO CARIOCA<br>FRANGO DOURADINHO<br>SALADA DE TOMATE<br>BANANA            | MACARONADA COM PICADINHO CARNE<br>MOLHO<br>SALADA DE ALFACE<br>LARANJA               |
| Composição Nutricional | CHO 75,9754<br>g<br>ENERGIA 692,8960<br>KCAL<br>LPO 15,1985<br>g<br>PTN 37,2706<br>g | CHO 70,1490<br>g<br>ENERGIA 485,9320<br>KCAL<br>LPO 11,3991<br>g<br>PTN 26,4642<br>g | CHO 70,0766<br>g<br>ENERGIA 501,7140<br>KCAL<br>LPO 13,1290<br>g<br>PTN 21,2662<br>g | CHO 99,6742<br>g<br>ENERGIA 589,6720<br>KCAL<br>LPO 11,4701<br>g<br>PTN 24,3491<br>g | CHO 79,0692<br>g<br>ENERGIA 552,1100<br>KCAL<br>LPO 12,8126<br>g<br>PTN 31,3479<br>g |
| Média Semanal          | CHO(g) 80,5865                                                                       | ENERGIA(KCAL) 543,2648                                                               | LPD(g) 12,7939                                                                       | PTN(g) 28,1396                                                                       |                                                                                      |

| 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: 15:00 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](mailto:informatica@pederneiras.sp.gov.br)

**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL 6 - 10 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       | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR       |
| Composição Nutricional |                       |                       | PONTO FACULTATIVO     | FEIADO NACIONAL       | PONTO FACULTATIVO     |
| 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: 15:00 AS 16:00 h**  
**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

  
**Marisa Fatima dos Passos Moreno**  
**Nutricionista**  
**CRN-3 nº4361**



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

### CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL 6 - 10 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<br>MAÇÃ                                        |              |         |         | LEITE<br>PÃO MACIO COM MARGARINA                                        |              |         |         | LEITE<br>PÃO                                                                |              |         |         | LEITE<br>PÃO COM MANTEIGA                                            |              |         |         | LEITE<br>PÃO                                              |              |         |         |
| ALMOÇO                 | ARROZ<br>FEIJÃO CARIOCA<br>FRANGO COM ERVILHA<br>SALADA DE REPOLHO |              |         |         | ARROZ<br>FEIJÃO CARIOCA<br>CARNE BOVINA COM CENOURA<br>SALADA DE ALFACE |              |         |         | ARROZ<br>FEIJÃO CARIOCA<br>FRANGO COM BATATA<br>SALADA DE CHICÓRIA<br>MELÃO |              |         |         | ARROZ<br>FEIJÃO CARIOCA<br>PERNIL COM PIMENTÃO<br>SALADA DE ALMEIRÃO |              |         |         | MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO<br>SALADA DE AÇELGA |              |         |         |
| LANCHE TARDE           | DANETE                                                             |              |         |         | LANCHE DE FRANGO<br>MAMÃO                                               |              |         |         | VITAMINADO MAÇÃ                                                             |              |         |         | PÃO<br>ABACAXI                                                       |              |         |         | PÃO MACIO COM MARGARINA<br>LARANJA                        |              |         |         |
| Composição Nutricional | CHO G                                                              | ENERGIA KCAL | LPG G   | PTN G   | CHO G                                                                   | ENERGIA KCAL | LPG G   | PTN G   | CHO G                                                                       | ENERGIA KCAL | LPG G   | PTN G   | CHO G                                                                | ENERGIA KCAL | LPG G   | PTN G   | CHO G                                                     | ENERGIA KCAL | LPG G   | PTN G   |
|                        | 214,5528                                                           | 1.335,4300   | 30,2486 | 65,1735 | 188,2946                                                                | 1.341,6040   | 34,5310 | 75,2196 | 179,8272                                                                    | 1.195,8400   | 30,7209 | 59,8313 | 188,5080                                                             | 1.110,4800   | 30,1419 | 46,7286 | 164,7430                                                  | 1.131,3140   | 28,5873 | 56,6279 |
| Média Semanal          | CHO(G)<br>183,1971                                                 |              |         |         | ENERGIA(KCAL)<br>1.224,4736                                             |              |         |         | LPG(G)<br>30,4655                                                           |              |         |         | PTN(G)<br>57,7162                                                    |              |         |         |                                                           |              |         |         |

| 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<br>MAÇÃ                                          |              |         |         | LEITE<br>PÃO MACIO COM MARGARINA                                |              |         |         | LEITE<br>PÃO                                                                               |              |         |         | LEITE<br>PÃO COM MANTEIGA                                        |              |         |         | LEITE<br>PÃO                                              |              |         |         |
| ALMOÇO                 | ARROZ<br>FEIJÃO CARIOCA<br>ESTROGONOFÉ DE CARNE<br>SALADA DE REPOLHO |              |         |         | ARROZ<br>FEIJÃO CARIOCA<br>PERNIL ACEBOLADO<br>SALADA DE PEPINO |              |         |         | ARROZ<br>FEIJÃO CARIOCA<br>POLENTA<br>CARNE BOVINA NO MOLHO<br>SALADA DE ALMEIRÃO<br>MAMÃO |              |         |         | ARROZ<br>FEIJÃO CARIOCA<br>FRANGO DOURADINHO<br>SALADA DE TOMATE |              |         |         | MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO<br>SALADA DE ALFACE |              |         |         |
| LANCHE TARDE           | PÃO COM MANTEIGA                                                     |              |         |         | LANCHE DE CARNE<br>ABACAXI                                      |              |         |         | VITAMINADO BANANA                                                                          |              |         |         | PÃO<br>BANANA                                                    |              |         |         | PÃO MACIO COM MARGARINA<br>LARANJA                        |              |         |         |
| Composição Nutricional | CHO G                                                                | ENERGIA KCAL | LPG G   | PTN G   | CHO G                                                           | ENERGIA KCAL | LPG G   | PTN G   | CHO G                                                                                      | ENERGIA KCAL | LPG G   | PTN G   | CHO G                                                            | ENERGIA KCAL | LPG G   | PTN G   | CHO G                                                     | ENERGIA KCAL | LPG G   | PTN G   |
|                        | 198,9988                                                             | 1.288,4800   | 29,8616 | 61,5675 | 171,3804                                                        | 1.229,7740   | 34,8876 | 60,3172 | 204,3116                                                                                   | 1.290,7620   | 28,7246 | 58,1107 | 188,5827                                                         | 1.328,3700   | 27,6886 | 28,3466 | 164,0830                                                  | 1.120,9140   | 28,5833 | 58,6320 |
| Média Semanal          | CHO(G)<br>184,4733                                                   |              |         |         | ENERGIA(KCAL)<br>1.213,4480                                     |              |         |         | LPG(G)<br>29,9409                                                                          |              |         |         | PTN(G)<br>54,9712                                                |              |         |         |                                                           |              |         |         |

| 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: 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 (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<br>PONTO FACULTATIVO | RECESSO ESCOLAR<br>FÉRIADO NACIONAL | RECESSO ESCOLAR<br>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<br>PONTO FACULTATIVO |  |  |
| LANCHE TARDE           |                       |                       |                                      |  |  |
| Composição Nutricional |                       |                       |                                      |  |  |
| Média Semanal          |                       |                       |                                      |  |  |

#### 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