



32	2ª Feira - 04/08/2025				3ª Feira - 05/08/2025				4ª Feira - 06/08/2025				5ª Feira - 07/08/2025				6ª Feira - 08/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA MELÃO				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	86,9692	686,2220	18,4966	41,2394	108,7428	721,9440	16,7803	35,5926	192,5370	662,0080	12,4220	36,2772	105,1846	689,4300	14,5933	36,0864	119,6768	837,3150	19,7941	47,3813
Média Semanal	CHO(G) 104,6021				ENERGIA(KCAL) 719,3878				LPD(G) 16,4153				PTN(G) 39,3012							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:
LANCHE ENTRADA MANHÃ: 06:30 AS 07:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO MANHÃ: 09:30 AS 10:30 h
LANCHE ENTRADA TARDE: 12:00 AS 12:30 h / REFEIÇÃO PADRÃO TARDE: 15:30 AS 16:00 h
LANCHE ENTRADA NOITE: 18:30 AS 19:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO NOITE: 21:00 AS 21:30 h
CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL 11 - 15 ANOS (AGOSTO/2025)

34	2ª Feira - 18/08/2025				3ª Feira - 19/08/2025				4ª Feira - 20/08/2025				5ª Feira - 21/08/2025				6ª Feira - 22/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA MELÃO				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	99,4234	712,6460	17,7282	37,9891	108,4178	726,6320	17,4628	35,2176	102,5370	662,0080	12,8220	36,2772	105,5096	684,9620	13,9108	36,4634	115,6768	837,3150	19,7841	42,3113
Média Semanal	CHO(G) 107,1129				ENERGIA(KCAL) 724,6726				LPD(G) 16,2616				PTN(G) 38,6513							

35	2ª Feira - 25/08/2025				3ª Feira - 26/08/2025				4ª Feira - 27/08/2025				5ª Feira - 28/08/2025				6ª Feira - 29/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE MAMÃO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA 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
	102,1634	788,1200	26,8225	34,6101	110,0974	759,5090	18,1292	39,5898	104,4058	714,6120	20,8948	31,8358	126,4298	738,3000	12,8641	34,9408	110,1218	808,4150	19,7931	42,8883
Média Semanal	CHO(G) 111,2434				ENERGIA(KCAL) 760,2394				LPD(G) 19,3007				PTN(G) 37,7672							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

LANCHE ENTRADA TARDE: 12:00 AS 12:30 h / REFEIÇÃO PADRÃO TARDE: 15:30 AS 16:00 h

LANCHE ENTRADA NOITE: 18:30 AS 19:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO NOITE: 21:00 AS 21:30 h

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL 11 - 15 ANOS (AGOSTO/2025)

31					6ª Feira - 01/08/2025			
LANCHE MANHÃ					LEITE PÃO			
ALMOÇO					MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA			
LANCHE TARDE					PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA			
Composição Nutricional					CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
					253,2442	1.660,8720	37,5914	82,7681
Média Semanal	CHO(G) 253,2442		ENERGIA(KCAL) 1.660,8720		LPD(G) 37,5914		PTN(G) 82,7681	

32	2ª Feira - 04/08/2025				3ª Feira - 05/08/2025				4ª Feira - 06/08/2025				5ª Feira - 07/08/2025				6ª Feira - 08/08/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM ABOBRINHA SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO				ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
LANCHE TARDE	DANETE				LANCHE DE FRANGO MAMÃO				VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO MACIO COM REQUEIJÃO LARANJA				PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	260,0892	1.754,0830	37,1784	77,3230	242,7086	1.712,9620	49,5537	79,2382	249,7524	1.662,6660	39,0937	82,4443	186,3100	1.530,8020	61,5999	66,5823	322,4192	1.931,8720	39,3664	84,8531
Média Semanal	CHO(G) 256,2559				ENERGIA(KCAL) 1.718,4550				LPD(G) 45,3384				PTN(G) 76,8422							

33	2ª Feira - 11/08/2025				3ª Feira - 12/08/2025				4ª Feira - 13/08/2025				5ª Feira - 14/08/2025				6ª Feira - 15/08/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM CENOURA SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA			
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA				LANCHE DE CARNE ABACAXI				VITAMINADO BANANA				PÃO COM PRESUNTO BANANA				PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	222,3248	1.591,4820	55,8881	55,4832	246,2978	1.731,8220	48,8775	82,2149	256,6128	1.618,3810	37,8341	69,3589	260,3598	1.851,8020	56,1701	83,5677	253,2442	1.660,8720	37,5814	82,7681
Média Semanal	CHO(G) 247,7479				ENERGIA(KCAL) 1.690,8558				LPD(G) 47,2283				PTN(G) 74,6686							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:
LANCHE MANHÃ: 09:00 AS 09:30 h / ALMOÇO: 11:00 AS 13:00 h / LANCHE TARDE: 14:30 AS 15:30 h
CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL 11 - 15 ANOS (AGOSTO/2025)

34	2ª Feira - 18/08/2025				3ª Feira - 19/08/2025				4ª Feira - 20/08/2025				5ª Feira - 21/08/2025				6ª Feira - 22/08/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ESTROGONOFE CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	ARROZ DOCE				LANCHE DE FRANGO MAMÃO				VITAMINADO BANANA E MAMÃO				PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA				PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G
	288,4988	1.801,9040	37,291	80,2267	241,9286	1.799,3620	49,5117	78,3282	262,7618	1.790,7820	40,8331	89,8182	186,7150	1.558,2829	66,4418	57,7573	275,6192	1.747,8720	38,3064	82,5733
Média Semanal	CHO(G) 251,1047				ENERGIA(KCAL) 1.713,6404				LPD(G) 46,3054				PTN(G) 77,7407							

35	2ª Feira - 25/08/2025				3ª Feira - 26/08/2025				4ª Feira - 27/08/2025				5ª Feira - 28/08/2025				6ª Feira - 29/08/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA ARROZ				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ALMÔDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE MAMÃO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA			
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA				LANCHE DE CARNE ABACAXI				VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO COM MUÇARELA BANANA				PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G
	237,5858	1.761,5040	68,2286	59,9167	245,5178	1.728,2220	48,8356	81,3149	257,7202	1.683,0720	42,8054	73,7965	330,3948	2.186,810	66,1561	73,6709	253,2442	1.688,8720	37,5914	82,7881
Média Semanal	CHO(G) 264,8886				ENERGIA(KCAL) 1.803,9862				LPD(G) 52,2818				PTN(G) 74,2934							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361




Marisa Fatima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO 16 - 18 ANOS (AGOSTO/2025)

34	2ª Feira - 18/08/2025				3ª Feira - 19/08/2025				4ª Feira - 20/08/2025				5ª Feira - 21/08/2025				6ª Feira - 22/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA MELÃO				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFÉ DE CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	122,3966	884,5100	20,6230	51,9977	131,9252	847,7020	17,5504	41,7018	120,6130	800,4840	15,0495	46,9642	124,4110	625,830	6,4419	20,6956	129,3988	886,9620	20,7731	49,2393
Média Semanal	CHO(G) 125,7489				ENERGIA(KCAL) 809,1060								LPD(G) 16,0676				PTN(G) 42,1197			

35	2ª Feira - 25/08/2025				3ª Feira - 26/08/2025				4ª Feira - 27/08/2025				5ª Feira - 28/08/2025				6ª Feira - 29/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE MAMÃO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA 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
	119,4208	912,5500	36,1241	41,4043	112,4956	759,0120	18,4430	40,6294	120,7282	778,7200	19,5344	23,4871	136,8048	639,900	14,7841	47,3533	125,9088	876,1620	39,9431	58,3453
Média Semanal	CHO(G) 123,0836				ENERGIA(KCAL) 833,0772								LPD(G) 20,1857				PTN(G) 42,6459			

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

LANCHE ENTRADA TARDE: 12:00 AS 12:30 h / REFEIÇÃO PADRÃO TARDE: 15:30 AS 16:00 h

LANCHE ENTRADA NOITE: 18:30 AS 19:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO NOITE: 21:00 AS 21:30 h

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



33	2ª Feira - 11/08/2025				3ª Feira - 12/08/2025				4ª Feira - 13/08/2025				5ª Feira - 14/08/2025				6ª Feira - 15/08/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM CENOURA SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA			
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA				LANCHE DE CARNE ABACAXI				VITAMINADO BANANA				PÃO COM PRESUNTO BANANA				PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	242,6496	1.709,9900	57,1421	61,1607	276,7168	2.056,4880	64,2726	98,1674	316,2418	1.927,9120	70,6441	83,2849	282,9748	1.925,1300	53,3141	84,7887	287,9632	2.015,8360	56,9404	93,9736
Média Semanal	CHO(G) 281,3093				ENERGIA(KCAL) 1.927,3312				LPD(G) 54,2627				PTN(G) 84,2671							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:
LANCHE MANHÃ: 09:00 AS 09:30 h / ALMOÇO: 11:00 AS 13:00 h / LANCHE TARDE: 14:30 AS 15:30 h
CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fatima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO INTEGRAL 16 - 18 ANOS (AGOSTO/2025)

34	2ª Feira - 18/08/2025	3ª Feira - 19/08/2025	4ª Feira - 20/08/2025	5ª Feira - 21/08/2025	6ª Feira - 22/08/2025
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO	LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ESTROGONOFE CARNE SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE
LANCHE TARDE	ARROZ DOCE	LANCHE DE FRANGO MAMÃO	VITAMINADO BANANA E MAMÃO	PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA	PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA
Composição Nutricional	CHO G 338,3078 ENERGIA KCAL 2.085,1700 LPO G 42,1163 PTN G 99,4285	CHO G 284,2412 ENERGIA KCAL 2.114,7100 LPO G 65,5059 PTN G 100,0872	CHO G 337,2408 ENERGIA KCAL 2.066,9800 LPO G 80,8611 PTN G 96,5649	CHO G 222,8170 ENERGIA KCAL 1.821,9900 LPO G 72,3329 PTN G 82,3033	CHO G 310,1732 ENERGIA KCAL 2.102,2360 LPO G 57,6544 PTN G 93,0896
Média Semanal	CHO(G) 298,5560	ENERGIA(KCAL) 2.038,0972	LPD(G) 56,6941	PTN(G) 88,6167	

35	2ª Feira - 25/08/2025	3ª Feira - 26/08/2025	4ª Feira - 27/08/2025	5ª Feira - 28/08/2025	6ª Feira - 29/08/2025
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO	LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ALMÔDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE MAMÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA	LANCHE DE CARNE ABACAXI	VITAMINADO DE MAÇÃ	PÃO COM MUÇARELA BANANA	PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA
Composição Nutricional	CHO G 273,7376 ENERGIA KCAL 1.979,8320 LPO G 65,2641 PTN G 71,0897	CHO G 275,9368 ENERGIA KCAL 2.054,8880 LPO G 64,2306 PTN G 97,2874	CHO G 316,6442 ENERGIA KCAL 2.004,6000 LPO G 87,1234 PTN G 86,7125	CHO G 294,4048 ENERGIA KCAL 1.993,6120 LPO G 59,5961 PTN G 77,7129	CHO G 287,9632 ENERGIA KCAL 2.015,8360 LPO G 56,9404 PTN G 93,8736
Média Semanal	CHO(G) 289,7374	ENERGIA(KCAL) 2.009,7136	LPD(G) 59,4227	PTN(G) 85,3552	

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



33	2ª Feira - 11/08/2025				3ª Feira - 12/08/2025				4ª Feira - 13/08/2025				5ª Feira - 14/08/2025				6ª Feira - 15/08/2025			
LANÇHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM CENOURA SALADA DE TOMATE BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA 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
	34,1568	676,2820	19,8341	31,0918	112,2850	229,7140	14,8748	40,3879	108,6758	733,1940	17,5681	39,6835	144,8038	840,5040	10,4521	45,6110	112,3682	813,8100	79,6384	48,3891
Média Semanal	CHO(G) 114,6579				ENERGIA(KCAL) 760,7164				LPD(G) 16,3933				PTN(G) 41,0326							

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

34	2ª Feira - 18/08/2025	3ª Feira - 19/08/2025	4ª Feira - 20/08/2025	5ª Feira - 21/08/2025	6ª Feira - 22/08/2025
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA MELÃO	PÃO	LEITE
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFÉ DE CARNE SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA
Composição Nutricional	CHO G 102,5468 ENERGIA KCal 712,5860 LPD G 14,6381 PTN G 43,7733	CHO G 121,1707 ENERGIA KCal 739,9080 LPD G 9,3639 PTN G 43,1628	CHO G 132,3000 ENERGIA KCal 824,2980 LPD G 14,0920 PTN G 43,5967	CHO G 106,0280 ENERGIA KCal 676,040 LPD G 12,7204 PTN G 36,5316	CHO G 123,2532 ENERGIA KCal 851,9180 LPD G 19,8294 PTN G 47,9901
Média Semanal	CHO(G) 117,0596		ENERGIA(KCAL) 761,0280		LPD(G) 14,1328 PTN(G) 42,6149

35	2ª Feira - 25/08/2025	3ª Feira - 26/08/2025	4ª Feira - 27/08/2025	5ª Feira - 28/08/2025	6ª Feira - 29/08/2025
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA	PÃO	LEITE
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO	ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE MAMÃO	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO BANANA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA
Composição Nutricional	CHO G 106,2008 ENERGIA KCal 860,2820 LPD G 21,6081 PTN G 41,0763	CHO G 111,3600 ENERGIA KCal 738,2140 LPD G 14,8573 PTN G 40,8124	CHO G 100,7742 ENERGIA KCal 700,8920 LPD G 20,0544 PTN G 31,8581	CHO G 128,4508 ENERGIA KCal 774,340 LPD G 13,9451 PTN G 40,4265	CHO G 113,3682 ENERGIA KCal 813,8180 LPD G 19,4364 PTN G 48,3891
Média Semanal	CHO(G) 112,7508		ENERGIA(KCAL) 777,5600		LPD(G) 19,3803 PTN(G) 40,3121

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

LANCHE ENTRADA NOITE: 18:30 AS 19:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO NOITE: 21:00 AS 21:30 h

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



PREFEITURA MUNICIPAL DE 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 ETEC (AGOSTO/2025)

31	6ª Feira - 01/08/2025															
LANCHE ENTRADA	LEITE															
REFEIÇÃO PADRÃO	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA 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
	125,0170	880,7040	21,1083	49,9095												
Média Semanal	CHO(G) 125,0170				ENERGIA(KCAL) 880,7040				LPD(G) 21,1083				PTN(G) 49,9095			

32	2ª Feira - 04/08/2025				3ª Feira - 05/08/2025				4ª Feira - 06/08/2025				5ª Feira - 07/08/2025				6ª Feira - 08/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA MELÃO				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCal	LPD G	PTN G
	106,8142	807,8620	19,8944	30,1851	142,4078	922,8009	19,9551	47,0420	120,1330	828,5440	14,1695	46,2142	113,0210	719,8620	14,5049	36,8816	128,5070	893,5040	21,4383	48,8035
Média Semanal	CHO(G) 123,7766				ENERGIA(KCAL) 834,4744				LPD(G) 17,9924				PTN(G) 46,2253							

33	2ª Feira - 11/08/2025				3ª Feira - 12/08/2025				4ª Feira - 13/08/2025				5ª Feira - 14/08/2025				6ª Feira - 15/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM CENOURA SALADA DE TOMATE BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA 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
	85,8708	676,7900	22,8931	32,1023	147,6812	923,2500	18,5439	54,3348	124,7796	834,7420	18,7681	47,4233	150,8078	891,8620	12,7072	47,4880	125,0170	880,7040	21,1083	49,9095
Média Semanal	CHO(G) 126,8329				ENERGIA(KCAL) 851,3376				LPD(G) 19,0045				PTN(G) 46,2516							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

LANCHE ENTRADA NOITE: 18:30 AS 19:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO NOITE: 20:30 AS 21:00 h

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fatima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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 ETEC (AGOSTO/2025)

34	2ª Feira - 18/08/2025				3ª Feira - 19/08/2025				4ª Feira - 20/08/2025				5ª Feira - 21/08/2025				6ª Feira - 22/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA MELÃO				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	111,3446	839,7090	21,4176	58,1587	120,6278	797,1620	18,8631	38,7920	128,1330	828,5440	14,1895	48,2142	134,8010	845,3000	15,5969	45,1316	128,5079	893,5040	21,4383	48,8035
Média Semanal	CHO(G) 124,6831				ENERGIA(KCAL) 840,8820				LPD(G) 18,3050				PTN(G) 46,2200							

35	2ª Feira - 25/08/2025				3ª Feira - 26/08/2025				4ª Feira - 27/08/2025				5ª Feira - 28/08/2025				6ª Feira - 29/08/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PRETO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE MAMÃO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA 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
	91,8186	836,4700	32,5958	38,8727	125,9012	847,6120	18,4539	46,0948	104,4282	723,4800	20,9884	32,2831	144,5546	876,1120	11,1443	48,1663	125,0170	880,7040	21,5083	49,8095
Média Semanal	CHO(G) 119,9440				ENERGIA(KCAL) 832,8816				LPD(G) 21,6539				PTN(G) 42,5033							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

LANCHE ENTRADA NOITE: 18:30 AS 19:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO NOITE: 20:30 AS 21:00 h

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361