



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 (FEVEREIRO/2025)

06	2ª Feira - 03/02/2025				3ª Feira - 04/02/2025				4ª Feira - 05/02/2025				5ª Feira - 06/02/2025				6ª Feira - 07/02/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM CENOURA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE				ARROZ CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI				ARROZ FRANGO COM SELETA SALADA DE PEPINO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE MAÇÃ			
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
	104,1444	719,1900	15,1485	41,8001	107,6494	738,7940	16,4580	41,0698	113,2054	756,9340	16,3605	40,4801	107,9124	721,1709	19,1905	33,6411	111,4868	803,6150	19,8761	46,3103
Média Semanal	CHO(G) 108,9197				ENERGIA(KCAL) 747,9406				LPD(G) 17,3659				PTN(G) 40,6603							

07	2ª Feira - 10/02/2025				3ª Feira - 11/02/2025				4ª Feira - 12/02/2025				5ª Feira - 13/02/2025				6ª Feira - 14/02/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFÉ DE FRANGO SALADA DE REPOLHO				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE PEPINO				ARROZ ISCAS CARNE SALADA DE BETERRABA MANGA				ARROZ FRANGO COM MILHO E PIMENTÃO SALADA DE TOMATE 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
	105,9684	717,5840	14,5475	40,5221	101,2894	690,3120	14,3745	39,0078	91,0822	660,8340	16,2706	37,0004	115,6354	727,4020	10,4420	43,9181	119,6768	837,3150	19,7841	47,3113
Média Semanal	CHO(G) 106,7304				ENERGIA(KCAL) 726,6894				LPD(G) 15,0837				PTN(G) 41,5519							

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 (FEVEREIRO/2025)

08	2ª Feira - 17/02/2025				3ª Feira - 18/02/2025				4ª Feira - 19/02/2025				5ª Feira - 20/02/2025				6ª Feira - 21/02/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE				ARROZ CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE BETERRABA MELÃO				ARROZ FRANGO COM ERVILHA SALADA DE PEPINO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE MAÇÃ			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	103,3108	752,8000	22,3228	38,0299	107,8494	738,7940	18,4580	41,0688	107,3274	730,9460	15,5225	40,5241	109,6884	684,9708	16,1425	29,4341	111,4868	802,6150	19,6761	48,3103
Média Semanal	CHO(G) 107,9326				ENERGIA(KCAL) 742,2250				LPD(G) 18,0240				PTN(G) 38,6756							

09	2ª Feira - 24/02/2025				3ª Feira - 25/02/2025				4ª Feira - 26/02/2025				5ª Feira - 27/02/2025				6ª Feira - 28/02/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALMEIRÃO MELANCIA				ARROZ FRANGO ACEBOLADO SALADA DE TOMATE 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
	102,1624	788,1200	26,8225	34,6101	110,4224	754,8120	17,4467	39,9558	100,1434	704,2640	15,8645	40,9481	108,0704	701,8028	16,8495	32,1528	119,6768	837,3150	19,7841	47,3113
Média Semanal	CHO(G) 108,0951				ENERGIA(KCAL) 757,2626				LPD(G) 19,3535				PTN(G) 38,9956							

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 INTEGRAL 11 - 15 ANOS (FEVEREIRO/2025)

06	2ª Feira - 03/02/2025				3ª Feira - 04/02/2025				4ª Feira - 05/02/2025				5ª Feira - 06/02/2025				6ª Feira - 07/02/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM CENOURA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM SELETA SALADA DE PEPINO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	DANETE				PÃO COM MANTEIGA MELÃO				VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO MACIO COM MARGARINA 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
	296,1488	1.817,1220	35,4281	81,8337	204,0152	1.711,1320	71,6064	87,6685	264,2858	1.736,9720	40,3401	84,5284	260,1938	1.969,3820	74,2181	76,0877	252,4197	1.657,8720	37,5864	82,3731
Média Semanal	CHO(G) 255,4126				ENERGIA(KCAL) 1.778,4960				LPD(G) 51,8358				PTN(G) 78,4979							

07	2ª Feira - 10/02/2025				3ª Feira - 11/02/2025				4ª Feira - 12/02/2025				5ª Feira - 13/02/2025				6ª Feira - 14/02/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA DE REPOLHO				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA ISCAS CARNE SALADA DE BETERRABA MANGA				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM MILHO E PIMENTÃO SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	PÃO MACIO COM MARGARINA				LANCHE DE FRANGO MELANCIA				VITAMINADO BANANA				PÃO COM PRESUNTO 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
	275,5238	1.712,3220	36,8331	73,0127	206,4968	1.511,3820	41,6388	78,9655	242,7242	1.825,0610	38,0834	82,4130	228,2248	1.880,4820	54,2131	74,7577	275,6192	1.747,8720	38,3064	82,5731
Média Semanal	CHO(G) 245,7178				ENERGIA(KCAL) 1.655,4238				LPD(G) 41,8543				PTN(G) 78,3444							

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 (FEVEREIRO/2025)

08	2ª Feira - 17/02/2025				3ª Feira - 18/02/2025				4ª Feira - 19/02/2025				5ª Feira - 20/02/2025				6ª Feira - 21/02/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO REFOGADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE BETERRABA MELÃO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM ERVILHA SALADA DE PEPINO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	CANJICA				PÃO COM MANTEIGA ABACAXI				VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO MACIO COM MARGARINA 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
	258,3562	1.702,6640	45,4164	89,8665	214,4352	1.745,1320	71,0064	87,2065	256,8708	1.722,1600	41,0251	85,1684	230,4938	1.801,7820	73,1181	85,2377	252,4192	1.857,8720	37,5664	82,3731
Média Semanal	CHO(G) 242,5350				ENERGIA(KCAL) 1.725,9220								LPD(G) 53,7505				PTN(G) 73,9704			

09	2ª Feira - 24/02/2025				3ª Feira - 25/02/2025				4ª Feira - 26/02/2025				5ª Feira - 27/02/2025				6ª Feira - 28/02/2025			
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 PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALMEIRÃO MELANCIA				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO ACEBOLADO SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	PÃO MACIO COM MARGARINA				LANCHE DE FRANGO MAMÃO				VITAMINADO BANANA E MAMÃO				PÃO COM MUÇARELA 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
	224,8442	1.521,4930	40,0684	87,9420	238,0978	1.676,2320	46,1076	81,7799	260,7818	1.736,7820	39,3731	89,5782	218,9708	1.698,6620	64,1321	87,5332	275,8192	1.747,8720	38,3064	82,5731
Média Semanal	CHO(G) 243,6644				ENERGIA(KCAL) 1.676,2122								LPD(G) 45,5975				PTN(G) 77,8813			

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fatima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

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

06	2ª Feira - 03/02/2025				3ª Feira - 04/02/2025				4ª Feira - 05/02/2025				5ª Feira - 06/02/2025				6ª Feira - 07/02/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM CENOURA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE				ARROZ CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI				ARROZ FRANGO COM SELETA SALADA DE PEPINO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE MAÇÃ			
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
	125,2008	837,1900	18,9581	46,6023	116,9808	768,1400	15,1887	42,5196	138,2338	872,7708	16,1321	48,1003	139,1488	831,4305	16,6081	36,8303	125,7988	876,9620	26,2731	48,2953
Média Semanal	CHO(G) 128,6726				ENERGIA(KCAL) 836,0984				LPD(G) 17,0260				PTN(G) 44,4696							

07	2ª Feira - 10/02/2025				3ª Feira - 11/02/2025				4ª Feira - 12/02/2025				5ª Feira - 13/02/2025				6ª Feira - 14/02/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFÉ DE FRANGO SALADA DE REPOLHO				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE PEPINO				ARROZ ISCAS CARNE SALADA DE BETERRABA MANGA				ARROZ FRANGO COM MILHO E PIMENTÃO SALADA DE TOMATE 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
	125,5793	809,6490	14,4136	44,2565	107,0298	714,3800	12,3951	43,2293	117,8114	801,8620	16,2326	47,5228	143,5228	858,7100	10,9881	48,8363	129,3988	886,9620	26,2731	49,2393
Média Semanal	CHO(G) 124,5284				ENERGIA(KCAL) 813,9126				LPD(G) 14,8565				PTN(G) 46,5228							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

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

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

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

08	2ª Feira - 17/02/2025				3ª Feira - 18/02/2025				4ª Feira - 19/02/2025				5ª Feira - 20/02/2025				6ª Feira - 21/02/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE				ARROZ CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE BETERRABA MELÃO				ARROZ FRANGO COM ERVILHA SALADA DE PEPINO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE MAÇÃ			
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
	113,2272	793,4600	21,9414	37,0661	118,9808	788,1400	19,1607	42,5196	120,4358	807,9820	14,9501	47,8323	132,2568	834,9308	19,2761	38,6378	125,7988	879,9820	20,2731	48,2953
Média Semanal	CHO(G) 121,7418				ENERGIA(KCAL) 814,9948				LPD(G) 18,3203				PTN(G) 42,8742							

09	2ª Feira - 24/02/2025				3ª Feira - 25/02/2025				4ª Feira - 26/02/2025				5ª Feira - 27/02/2025				6ª Feira - 28/02/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALMEIRÃO MELANCIA				ARROZ FRANGO ACEBOLADO SALADA DE TOMATE 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
	119,4208	913,5500	30,1241	41,4043	143,3556	943,6000	19,1930	51,3694	118,9768	807,9500	16,5731	47,1920	108,3648	882,3108	15,9921	30,1823	129,9808	886,9620	20,2731	49,2793
Média Semanal	CHO(G) 123,9038				ENERGIA(KCAL) 846,8744				LPD(G) 20,3511				PTN(G) 43,8615							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

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

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fatima dos Passos Morenô
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 (FEVEREIRO/2025)

06	2ª Feira - 03/02/2025				3ª Feira - 04/02/2025				4ª Feira - 05/02/2025				5ª Feira - 06/02/2025				6ª Feira - 07/02/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM CENOURA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM SELETA SALADA DE PEPINO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	DANETE				PÃO COM MANTEIGA MELÃO				VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO MACIO COM MARGARINA 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
	324,6528	1.966,8300	36,9078	87,2977	216,5106	1.813,8900	79,1817	62,2442	318,0258	1.981,6060	40,9651	89,3307	281,1258	2.211,2390	85,9791	78,9537	288,9732	2.012,2360	58,9344	83,4996
Média Semanal	CHO(G) 287,0576				ENERGIA(KCAL) 1.997,1184				LPD(G) 59,9928				PTN(G) 82,9852							

07	2ª Feira - 10/02/2025				3ª Feira - 11/02/2025				4ª Feira - 12/02/2025				5ª Feira - 13/02/2025				6ª Feira - 14/02/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA DE REPOLHO				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA ISCAS CARNE SALADA DE BETERRABA MANGA				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM MILHO E PIMENTÃO SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	PÃO MACIO COM MARGARINA				LANCHE DE FRANGO MELANCIA				VITAMINADO BANANA				PÃO COM PRESUNTO 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
	309,8278	2.008,1900	51,1911	80,4817	245,1828	1.879,6680	56,6206	87,8955	313,8142	1.987,2680	39,6184	89,4195	280,2638	1.977,3300	57,2671	89,9437	310,1732	2.182,2360	57,8544	83,6998
Média Semanal	CHO(G) 291,8164				ENERGIA(KCAL) 1.990,5384				LPD(G) 52,4723				PTN(G) 92,3300							

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 MÉDIO INTEGRAL 16 - 18 ANOS (FEVEREIRO/2025)

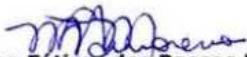
08	2ª Feira - 17/02/2025				3ª Feira - 18/02/2025				4ª Feira - 19/02/2025				5ª Feira - 20/02/2025				6ª Feira - 21/02/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO REFOGADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE BETERRABA MELÃO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM ERVILHA SALADA DE PEPINO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	CANJICA				PÃO COM MANTEIGA ABACAXI				VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO MACIO COM MARGARINA 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
	312,6422	2.071,7900	55,1824	87,0975	226,9306	1.847,8900	79,1817	61,7843	307,4178	1.948,4180	40,2131	93,6827	284,4958	2.053,8900	83,9091	68,1337	286,9732	2.012,2360	54,9344	93,4996
Média Semanal	CHO(G) 279,6919				ENERGIA(KCAL) 1.986,8448				LPD(G) 63,0841				PTN(G) 81,0396							

09	2ª Feira - 24/02/2025				3ª Feira - 25/02/2025				4ª Feira - 26/02/2025				5ª Feira - 27/02/2025				6ª Feira - 28/02/2025			
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 PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALMEIRÃO MELANCIA				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO ACEBOLADO SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	PÃO MACIO COM MARGARINA				LANCHE DE FRANGO MAMÃO				VITAMINADO BANANA E MAMÃO				PÃO COM MUÇARELA 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
	252,7342	1.805,9560	53,3494	80,4695	272,5968	2.051,4200	62,0626	103,1974	336,5008	2.057,9800	40,2211	98,4249	236,9448	1.790,3900	63,8531	71,8107	310,1732	2.102,2360	57,6544	93,6996
Média Semanal	CHO(G) 281,7900				ENERGIA(KCAL) 1.961,5964				LPD(G) 55,4321				PTN(G) 89,0804							

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 EJA (FEVEREIRO/2025)

06	2ª Feira - 03/02/2025				3ª Feira - 04/02/2025				4ª Feira - 05/02/2025				5ª Feira - 06/02/2025				6ª Feira - 07/02/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM CENOURA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE				ARROZ CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI				ARROZ FRANGO COM SELETA SALADA DE PEPINO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE MAÇÃ			
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
	110,7308	747,4320	14,8811	43,0583	97,0016	689,9740	16,2842	39,9536	112,1558	773,2220	15,9221	46,3723	115,3608	747,4420	18,4661	35,4813	113,5332	812,3180	19,8854	46,9701
Média Semanal	CHO(G) 109,7564				ENERGIA(KCAL) 754,0756				LPD(G) 17,0478				PTN(G) 42,3671							

07	2ª Feira - 10/02/2025				3ª Feira - 11/02/2025				4ª Feira - 12/02/2025				5ª Feira - 13/02/2025				6ª Feira - 14/02/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFÉ DE FRANGO SALADA DE REPOLHO				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE PEPINO				ARROZ ISCAS CARNE SALADA DE BETERRABA MANGA				ARROZ FRANGO COM MILHO E PIMENTÃO SALADA DE TOMATE 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
	105,4718	688,3120	12,1191	38,7550	92,0168	643,7320	12,5561	40,3233	98,3512	681,9940	14,5414	39,3531	115,9278	716,8420	9,2866	43,8973	123,2532	831,9180	19,8294	47,9901
Média Semanal	CHO(G) 107,0042				ENERGIA(KCAL) 716,5596				LPD(G) 13,8665				PTN(G) 41,6638							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fatima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

08	2ª Feira - 17/02/2025				3ª Feira - 18/02/2025				4ª Feira - 19/02/2025				5ª Feira - 20/02/2025				6ª Feira - 21/02/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE				ARROZ CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE BETERRABA MELÃO				ARROZ FRANGO COM ERVILHA SALADA DE PEPINO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE MAÇÃ			
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
	101,8072	738,0320	21,4144	35,1601	97,0016	689,9740	16,2542	39,9536	109,7658	768,3220	15,9301	46,8723	117,1308	735,8820	17,3001	33,0413	113,5332	612,3180	19,6854	46,9701
Média Semanal	CHO(G) 107,8477				ENERGIA(KCAL) 748,5056				LPD(G) 18,1228				PTN(G) 40,4035							

09	2ª Feira - 24/02/2025				3ª Feira - 25/02/2025				4ª Feira - 26/02/2025				5ª Feira - 27/02/2025				6ª Feira - 28/02/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALMEIRÃO MELANCIA				ARROZ FRANGO ACEBOLADO SALADA DE TOMATE 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
	109,3008	840,2820	28,4091	41,9763	112,2850	739,7140	14,8748	40,3674	99,7818	681,6360	14,3411	38,9443	102,5188	642,6420	14,2541	28,4928	123,2532	851,9180	19,8294	47,9901
Média Semanal	CHO(G) 109,4039				ENERGIA(KCAL) 755,2384				LPD(G) 18,3815				PTN(G) 39,3782							

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 (FEVEREIRO/2025)

06	2ª Feira - 03/02/2025				3ª Feira - 04/02/2025				4ª Feira - 05/02/2025				5ª Feira - 06/02/2025				6ª Feira - 07/02/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM CENOURA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE				ARROZ CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI				ARROZ FRANGO COM SELETA SALADA DE PEPINO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE MAÇA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	116,5108	805,6300	17,6831	45,5203	115,5096	797,8000	17,5647	46,3876	129,7278	912,0500	18,3681	56,3393	116,7788	766,8700	20,2081	35,7363	124,9070	877,5040	21,4383	47,8595
Média Semanal	CHO(G) 122,6868				ENERGIA(KCAL) 832,3708				LPD(G) 19,0565				PTN(G) 45,1686							

07	2ª Feira - 10/02/2025				3ª Feira - 11/02/2025				4ª Feira - 12/02/2025				5ª Feira - 13/02/2025				6ª Feira - 14/02/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONHO DE FRANGO SALADA DE REPOLHO				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE PEPINO				ARROZ ISCAS CARNE SALADA DE BETERRABA MANGA				ARROZ FRANGO COM MILHO E PIMENTÃO SALADA DE TOMATE 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
	128,4362	829,7300	15,5964	46,0953	115,4248	817,0780	16,1111	52,9473	113,8832	786,3540	17,1954	45,9041	137,0308	839,9700	12,4371	48,3283	128,5070	883,5040	21,4383	48,8035
Média Semanal	CHO(G) 124,2564				ENERGIA(KCAL) 833,7272				LPD(G) 16,5557				PTN(G) 48,4157							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - 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 (FEVEREIRO/2025)

08	2ª Feira - 17/02/2025				3ª Feira - 18/02/2025				4ª Feira - 19/02/2025				5ª Feira - 20/02/2025				6ª Feira - 21/02/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE TOMATE				ARROZ CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE BETERRABA MELÃO				ARROZ FRANGO COM ERVILHA SALADA DE PEPINO BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE MAÇÃ			
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
	105,2372	763,8000	22,8754	38,3721	115,5096	797,8000	17,5847	46,3876	123,9298	846,8620	17,1861	50,0713	119,1638	784,3706	20,0001	37,0833	124,9076	877,5040	21,4383	47,8995
Média Semanal	CHO(G) 117,7535				ENERGIA(KCAL) 814,4672				LPD(G) 19,8169				PTN(G) 43,5548							

09	2ª Feira - 24/02/2025				3ª Feira - 25/02/2025				4ª Feira - 26/02/2025				5ª Feira - 27/02/2025				6ª Feira - 28/02/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALMEIRÃO MELANCIA				ARROZ FRANGO ACEBOLADO SALADA DE TOMATE 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
	99,8186	636,4700	32,5956	38,0727	147,6812	973,2500	19,5459	54,3348	115,1368	788,5720	17,0501	45,5510	100,3848	659,8700	17,0261	28,3883	128,9070	893,5040	21,4383	48,8035
Média Semanal	CHO(G) 118,3021				ENERGIA(KCAL) 830,1732				LPD(G) 21,5311				PTN(G) 42,8301							

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