



**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL 11 - 15 ANOS (JULHO/2026)**

27					4ª Feira - 01/07/2026				5ª Feira - 02/07/2026				6ª Feira - 03/07/2026							
LANCHE ENTRADA					PÃO COM MARGARINA MELÃO				PÃO				LEITE							
REFEIÇÃO PADRÃO					SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE CHICÓRIA BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA							
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G				
	102,5370	662,0680	12,4220	36,2772	130,6328	748,8360	12,7941	35,1836	110,1218	800,4150	19,3931	47,8683								
Média Semanal	CHO(G) 114,2305				ENERGIA(KCAL) 736,8203				LPD(G) 14,8697				PTN(G) 39,7764							
28	2ª Feira - 06/07/2026				3ª Feira - 07/07/2026				4ª Feira - 08/07/2026				5ª Feira - 09/07/2026				6ª Feira - 10/07/2026			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE																			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ COM ERVILHA E MILHO COZIDO CARNE À BRASILEIRA SALADA DE REPOLHO				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				FERIADO ESCOLAR				PONTO FACULTATIVO			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G																
	91,6077	615,1150	14,0082	30,2077																
Média Semanal	CHO(G) 91,8877				ENERGIA(KCAL) 615,1150				LPD(G) 14,0082				PTN(G) 30,2077							
29	2ª Feira - 13/07/2026				3ª Feira - 14/07/2026				4ª Feira - 15/07/2026				5ª Feira - 16/07/2026				6ª Feira - 17/07/2026			
LANCHE ENTRADA																				
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR			
Composição Nutricional																				
Média Semanal																				


**SUGESTÃO DE HORÁRIOS:**

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

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

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES

  
Marisa Fátima dos Passos Moreno  
Nutricionista  
CRN-3 nº4361



**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL 11 - 15 ANOS (JULHO/2026)**

30	2ª Feira - 20/07/2026	3ª Feira - 21/07/2026	4ª Feira - 22/07/2026	5ª Feira - 23/07/2026	6ª Feira - 24/07/2026															
LANCHE ENTRADA				PÃO	LEITE															
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	REPLANEJAMENTO	REPLANEJAMENTO	ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA BANANA															
Composição Nutricional				CHO G 134,7974	ENERGIA KCAL 807,8620	LPD G 16,7160	PTN G 42,4150	CHO G 120,5010	ENERGIA KCAL 840,3150	LPD G 19,7891	PTN G 47,3663									
Média Semanal	CHO(G) 122,6496	ENERGIA(KCAL) 824,0885		LPD(G) 18,2726	PTN(G) 45,0611															
31	2ª Feira - 27/07/2026	3ª Feira - 28/07/2026	4ª Feira - 29/07/2026	5ª Feira - 30/07/2026	6ª Feira - 31/07/2026															
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA MAMÃO	PÃO	LEITE															
REFEIÇÃO PADRÃO	POLENTA COM FRANGO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE COUVE MANTEIGA	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE BANANA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE LARANJA															
Composição Nutricional	CHO G 101,9578	ENERGIA KCAL 713,2200	LPD G 22,2151	PTN G 31,0543	CHO G 103,1814	ENERGIA KCAL 888,3840	LPD G 24,2325	PTN G 39,7288	CHO G 107,7970	ENERGIA KCAL 878,0080	LPD G 12,1420	PTN G 36,4072	CHO G 119,7716	ENERGIA KCAL 701,6940	LPD G 13,9912	PTN G 27,8395	CHO G 105,2568	ENERGIA KCAL 797,4158	LPD G 19,3881	PTN G 47,4733
Média Semanal	CHO(G) 108,4009	ENERGIA(KCAL) 717,6962		LPD(G) 16,4138	PTN(G) 36,4999															

**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 (JULHO/2026)**

27			4ª Feira - 01/07/2026				5ª Feira - 02/07/2026				6ª Feira - 03/07/2026			
LANCHE MANHÃ			LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO			ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE TOMATE MELÃO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE CHICÓRIA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE			VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA				PÃO COM MANTEIGA 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
			264,0466	1.766,2820	40,8071	90,2712	243,5276	1.785,7030	67,6201	58,5609	252,4342	1.761,9720	49,5365	82,6281
Média Semanal	CHO(G) 253,3363		ENERGIA(KCAL) 1.771,9850			LPD(G) 52,7079			PTN(G) 77,1867					


28	2ª Feira - 06/07/2026		3ª Feira - 07/07/2026		4ª Feira - 08/07/2026		5ª Feira - 09/07/2026		6ª Feira - 10/07/2026	
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ									
ALMOÇO	ARROZ COM ERVILHA E MILHO FEIJÃO CARIOCA COZIDO CARNE À BRASILEIRA SALADA DE REPOLHO		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		FERIADO ESTADUAL		PONTO FACULTATIVO	
LANCHE TARDE	ARROZ DOCE									
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G						
	241,7597	1.502,6650	32,2362	03,8791						
Média Semanal	CHO(G) 241,7597		ENERGIA(KCAL) 1.502,6650		LPD(G) 32,2362		PTN(G) 63,8791			

29	2ª Feira - 13/07/2026		3ª Feira - 14/07/2026		4ª Feira - 15/07/2026		5ª Feira - 16/07/2026		6ª Feira - 17/07/2026	
LANCHE MANHÃ										
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR	
LANCHE TARDE										
Composição Nutricional										
Média Semanal										

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS:**

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

**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

  
Marisa Fátima dos Passos Moreno  
Nutricionista  
CRN-3 nº4361



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


**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL 11 - 15 ANOS (JULHO/2026)**

30	2ª Feira - 20/07/2026	3ª Feira - 21/07/2026	4ª Feira - 22/07/2026	5ª Feira - 23/07/2026	6ª Feira - 24/07/2026															
LANCHE MANHÃ				LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO															
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	REPLANEJAMENTO	REPLANEJAMENTO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA															
LANCHE TARDE				PÃO MACIO COM REQUEIJÃO LARANJA	PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA															
Composição Nutricional				CHO G 211,2732	ENERGIA KCAL 1.706,2320	LPD G 65,9874	PTN G 71,6765	CHO G 276,4442	ENERGIA KCAL 1.770,8720	LPD G 38,3114	PTN G 42,9641									
Média Semanal	CHO(G) 243,8597	ENERGIA(KCAL) 1.728,5520	LPD(G) 52,1494	PTN(G) 77,3223																
31	2ª Feira - 27/07/2026	3ª Feira - 28/07/2026	4ª Feira - 29/07/2026	5ª Feira - 30/07/2026	6ª Feira - 31/07/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO	LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO															
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA FRANGO NO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE COUVE MANTEIGA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA MAMÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE															
LANCHE TARDE	DANETE	LANCHE DE FRANGO ABACAXI	VITAMINADO BANANA	PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA	PÃO COM MANTEIGA LARANJA															
Composição Nutricional	CHO G 297,0583	ENERGIA KCAL 1.736,1820	LPD G 41,9121	PTN G 60,6934	CHO G 220,3118	ENERGIA KCAL 1.587,8020	LPD G 48,6406	PTN G 79,3935	CHO G 242,4658	ENERGIA KCAL 1.611,1720	LPD G 37,6761	PTN G 01,2284	CHO G 210,3520	ENERGIA KCAL 1.621,7920	LPD G 67,1409	PTN G 01,5419	CHO G 235,4392	ENERGIA KCAL 1.794,9720	LPD G 49,6164	PTN G 83,4694
Média Semanal	CHO(G) 244,5645	ENERGIA(KCAL) 1.670,1940	LPD(G) 47,7171	PTN(G) 71,1571																

**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 16 - 18 ANOS (JULHO/2026)**

27	4ª Feira - 01/07/2026				5ª Feira - 02/07/2026				6ª Feira - 03/07/2026			
LANCHE ENTRADA	PÃO COM MARGARINA MELÃO				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE CHICÓRIA BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	120,6130	800,1640	15,0495	46,8812	136,0398	836,3420	14,7241	47,8933	124,9198	870,5920	19,5372	49,6713
Média Semanal	CHO(G) 127,1955		ENERGIA(KCAL) 835,7960		LPD(G) 16,5702		PTN(G) 47,9729					

28	2ª Feira - 06/07/2026		3ª Feira - 07/07/2026		4ª Feira - 08/07/2026		5ª Feira - 09/07/2026		6ª Feira - 10/07/2026	
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE									
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ COM ERVILHA E MILHO COZIDO CARNE À BRASILEIRA SALADA DE REPOLHO		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		FÉRIADO ESTADUAL		PONTO FACULTATIVO	
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G						
	121,7398	809,5760	17,2771	39,5228						
Média Semanal	CHO(G) 121,7398		ENERGIA(KCAL) 803,5760		LPD(G) 17,2771		PTN(G) 39,5228			

29	2ª Feira - 13/07/2026		3ª Feira - 14/07/2026		4ª Feira - 15/07/2026		5ª Feira - 16/07/2026		6ª Feira - 17/07/2026	
LANCHE ENTRADA										
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR	
Composição Nutricional										
Média Semanal										


**SUGESTÃO DE HORÁRIOS:**

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

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

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

**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

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



PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - 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 (JULHO/2026)**

30	2ª Feira - 20/07/2026	3ª Feira - 21/07/2026	4ª Feira - 22/07/2026	5ª Feira - 23/07/2026	6ª Feira - 24/07/2026															
LANCHE ENTRADA				PÃO	LEITE															
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	REPLANEJAMENTO	REPLANEJAMENTO	ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA BANANA															
Composição Nutricional				CHO G 138,4026	ENERGIA KCAL 874,2720	LPD G 16,9107	PTN G 45,7535	CHO G 130,3803	ENERGIA KCAL 850,5620	LPD G 20,2791	PTN G 48,2333									
Média Semanal	CHO(G) 134,3957	ENERGIA(KCAL) 882,4170	LPD(G) 18,5949	PTN(G) 47,7535																
31	2ª Feira - 27/07/2026	3ª Feira - 28/07/2026	4ª Feira - 29/07/2026	5ª Feira - 30/07/2026	6ª Feira - 31/07/2026															
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA MAMÃO	PÃO	LEITE															
REFEIÇÃO PADRÃO	POLENTA COM FRANGO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE COUVE MANTEIGA	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE BANANA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE LARANJA															
Composição Nutricional	CHO G 120,3780	ENERGIA KCAL 819,9400	LPD G 24,5031	PTN G 34,5690	CHO G 108,2678	ENERGIA KCAL 715,3920	LPD G 11,8271	PTN G 43,8063	CHO G 130,0220	ENERGIA KCAL 832,4930	LPD G 14,0195	PTN G 47,2412	CHO G 135,7356	ENERGIA KCAL 795,6300	LPD G 14,5522	PTN G 32,2265	CHO G 124,9188	ENERGIA KCAL 870,5620	LPD G 19,9374	PTN G 43,8033
Média Semanal	CHO(G) 123,8848	ENERGIA(KCAL) 804,8020	LPD(G) 17,1478	PTN(G) 41,6439																


**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 MÉDIO INTEGRAL 16 - 18 ANOS (JULHO/2026)**

27		4ª Feira - 01/07/2026				5ª Feira - 02/07/2026				6ª Feira - 03/07/2026			
LANCHE MANHÃ		LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO		ARROZ FEIJÃO CARIÓCA CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE TOMATE MELÃO				ARROZ FEIJÃO CARIÓCA POLENITA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE CHICÓRTIA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE		VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA				PÃO COM MANTEIGA 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
		316,4908	2.041,9000	42,8821	96,4724	281,1458	2.074,7120	77,9351	59,3329	298,7802	2.038,1360	56,3444	96,0886
Média Semanal	CHO(G) 302,1399	ENERGIA(KCAL) 2.058,2493				LPD(G) 58,7609				PTN(G) 87,2783			

28		2ª Feira - 06/07/2026		3ª Feira - 07/07/2026		4ª Feira - 08/07/2026		5ª Feira - 09/07/2026		6ª Feira - 10/07/2026	
LANCHE MANHÃ		LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ									
ALMOÇO		ARROZ COM ERVILHA E MILHO FEIJÃO COZIDO CARNE À BRASILEIRA SALADA DE REPOLHO		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		FERIADO ESTADUAL		PONTO FACULTATIVO	
LANCHE TARDE		ARROZ DOCE									
Composição Nutricional		CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G						
		273,1786	1.693,1860	35,3853	78,6287						
Média Semanal	CHO(G) 273,1786	ENERGIA(KCAL) 1.693,1860				LPD(G) 36,3855				PTN(G) 70,6287	

29		2ª Feira - 13/07/2026		3ª Feira - 14/07/2026		4ª Feira - 15/07/2026		5ª Feira - 16/07/2026		6ª Feira - 17/07/2026	
LANCHE MANHÃ											
ALMOÇO		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR	
LANCHE TARDE											
Composição Nutricional											
Média Semanal											

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS:**

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

**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

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



PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPRE  
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 (JULHO/2026)**

30	2ª Feira - 20/07/2026	3ª Feira - 21/07/2026	4ª Feira - 22/07/2026	5ª Feira - 23/07/2026	6ª Feira - 24/07/2026															
LANCHE MANHÃ				LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO															
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	REPLANEJAMENTO	REPLANEJAMENTO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA															
LANCHE TARDE				PÃO MACIO COM REQUEIJÃO LARANJA	PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA															
Composição Nutricional				CHO G 225,0926	ENERGIA KCAL 1.732,2900	LPD G 63,8417	PTN G 67,7183	CHO G 311,1032	ENERGIA KCAL 2.105,3360	LPD G 57,6604	PTN G 34,3736									
Média Semanal	CHO(G) 268,1279	ENERGIA(KCAL) 1.919,0630	LPD(G) 60,7511	PTN(G) 80,9460																
31	2ª Feira - 27/07/2026	3ª Feira - 28/07/2026	4ª Feira - 29/07/2026	5ª Feira - 30/07/2026	6ª Feira - 31/07/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO	LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO															
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA FRANGO NO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE COUVE MANTEIGA	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA MAMÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE															
LANCHE TARDE	DANETE	LANCHE DE FRANGO ABACAXI	VITAMINADO BANANA	PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA	PÃO COM MANTEIGA LARANJA															
Composição Nutricional	CHO G 329,1149	ENERGIA KCAL 1.979,1800	LPD G 44,2296	PTN G 69,8199	CHO G 257,6808	ENERGIA KCAL 1.923,6000	LPD G 59,7026	PTN G 30,1643	CHO G 293,0150	ENERGIA KCAL 1.679,2060	LPD G 39,4791	PTN G 92,1777	CHO G 246,1445	ENERGIA KCAL 1.895,6000	LPD G 78,9033	PTN G 57,7924	CHO G 290,7832	ENERGIA KCAL 2.058,1360	LPD G 56,3444	PTN G 36,6996
Média Semanal	CHO(G) 285,0077	ENERGIA(KCAL) 1.946,7604	LPD(G) 55,1498	PTN(G) 82,8028																

**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 - CEMPR**  
RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17260-000  
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br  
**CARDÁPIO EJA (JULHO/2026)**

27			4ª Feira - 01/07/2026				5ª Feira - 02/07/2026				6ª Feira - 03/07/2026			
LANCHE ENTRADA			PÃO COM MARGARINA MELÃO				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO			SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE CHICÓRIA BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G		
	132,3000	824,2980	14,8920	13,5967	120,0450	772,7940	13,9151	40,2815	113,3402	019,0100	19,4364	48,2000		
Média Semanal	CHO(G) 124,5713		ENERGIA(KCAL) 803,6367		LPD(G) 15,8145				PTN(G) 44,0924					


28	2ª Feira - 06/07/2026		3ª Feira - 07/07/2026		4ª Feira - 08/07/2026		5ª Feira - 09/07/2026		6ª Feira - 10/07/2026	
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE									
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ COM ERVILHA E MILHO COZIDO CARNE À BRASILEIRA SALADA DE REPOLHO		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		FERIADO ESCOLAR		PONTO FACULTATIVO	
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G						
	89,6657	596,0670	13,0902	10,2577						
Média Semanal	CHO(G) 89,8657		ENERGIA(KCAL) 596,0670		LPD(G) 13,0902		PTN(G) 29,2577			

29	2ª Feira - 13/07/2026		3ª Feira - 14/07/2026		4ª Feira - 15/07/2026		5ª Feira - 16/07/2026		6ª Feira - 17/07/2026	
LANCHE ENTRADA										
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR	
Composição Nutricional										
Média Semanal										

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS:**

**LANCHE ENTRADA NOITE: 18:30 AS 19:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO NOITE: 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 EJA (JULHO/2026)**

30	2ª Feira - 20/07/2026	3ª Feira - 21/07/2026	4ª Feira - 22/07/2026	5ª Feira - 23/07/2026	6ª Feira - 24/07/2026			
LANCHE ENTRADA				PÃO	LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	REPLANEJAMENTO	REPLANEJAMENTO	ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA BANANA			
Composição Nutricional								
	CHO (G)	ENERGIA (KCAL)	LPD (G)	PTN (G)	CHO (G)	ENERGIA (KCAL)	LPD (G)	PTN (G)
Média Semanal	118,8489	805,4960	18,1083		44,7634			
31	2ª Feira - 27/07/2026	3ª Feira - 28/07/2026	4ª Feira - 29/07/2026	5ª Feira - 30/07/2026	6ª Feira - 31/07/2026			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA MAMÃO	PÃO	LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	POLENTA COM FRANGO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE COUVE MANTEIGA	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE BANANA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE LARANJA			
Composição Nutricional	CHO (G)	ENERGIA (KCAL)	LPD (G)	PTN (G)	CHO (G)	ENERGIA (KCAL)	LPD (G)	PTN (G)
	110,1858	757,9720	22,0231	32,0879	99,9088	659,5220	12,7411	41,0109
Média Semanal	114,2459	752,3728	16,5535		39,1269			

**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 - 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 ETEC (JULHO/2026)**

27	4ª Feira - 01/07/2026				5ª Feira - 02/07/2026				6ª Feira - 03/07/2026											
LANCHE ENTRADA	PÃO COM MARGARINA MELÃO				PÃO				LEITE											
REFEIÇÃO PADRÃO	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				POLENATA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE CHICÓRIA BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE LARANJA											
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G								
	128,1330	829,5449	14,1695	49,2142	143,7448	872,5420	15,8941	47,8993	124,8270	877,1048	24,2023	48,4035								
Média Semanal	CHO(G) 131,9683				ENERGIA(KCAL) 859,3967				LPD(G) 16,7853				PTN(G) 48,5153							
28	2ª Feira - 06/07/2026				3ª Feira - 07/07/2026				4ª Feira - 08/07/2026				5ª Feira - 09/07/2026				6ª Feira - 10/07/2026			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE																			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ COM ERVILHA E MILHO COZIDO CARNE À BRASILEIRA SALADA DE REPOLHO				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				FÉRIADO ESTADUAL				PONTO FACULTATIVO			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G																
	121,2748	801,4760	17,2441	39,4378																
Média Semanal	CHO(G) 121,2748				ENERGIA(KCAL) 801,4760				LPD(G) 17,2441				PTN(G) 39,4378							
29	2ª Feira - 13/07/2026				3ª Feira - 14/07/2026				4ª Feira - 15/07/2026				5ª Feira - 16/07/2026				6ª Feira - 17/07/2026			
LANCHE ENTRADA																				
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR			
Composição Nutricional																				
Média Semanal																				

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS:**

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

**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

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




PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPRA  
RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000  
Fone: (14)3283-9570 e-mail: [informatca@pederneiras.sp.gov.br](mailto:informatca@pederneiras.sp.gov.br)  
**CARDÁPIO ETEC (JULHO/2026)**

30	2ª Feira - 20/07/2026	3ª Feira - 21/07/2026	4ª Feira - 22/07/2026	5ª Feira - 23/07/2026	6ª Feira - 24/07/2026																
LANCHE ENTRADA				PÃO	LEITE																
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	REPLANEJAMENTO	REPLANEJAMENTO	ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA BANANA																
Composição Nutricional				CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G										
				136,1216	878,0000	17,5727	47,8316	128,4970	897,1040	21,4442	48,3775										
Média Semanal	CHO(G) 132,8093	ENERGIA(KCAL) 887,8520	LPD(G) 19,5085	PTN(G) 48,5546																	
31	2ª Feira - 27/07/2026	3ª Feira - 28/07/2026	4ª Feira - 29/07/2026	5ª Feira - 30/07/2026	6ª Feira - 31/07/2026																
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA MAMÃO	PÃO	LEITE																
REFEIÇÃO PADRÃO	POLENTA COM FRANGO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE COUVE MANTEIGA	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE BANANA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE LARANJA																
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	
	102,5010	720,1400	22,7421	31,1995	116,7628	819,0800	15,5481	50,8288	129,2430	820,5940	13,8395	40,8942	153,0586	801,0400	16,6282	40,3098	124,0270	871,1040	21,1023	48,4855	
Média Semanal	CHO(G) 125,1188	ENERGIA(KCAL) 828,9836	LPD(G) 17,9710	PTN(G) 44,5131																	

**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