



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

CARDÁPIO CRECHE 7 - 11 MESES (JUNHO/2026)

23	2ª Feira - 01/06/2026	3ª Feira - 02/06/2026	4ª Feira - 03/06/2026	5ª Feira - 04/06/2026	6ª Feira - 05/06/2026									
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO											
ALMOÇO	ARROZ COM ERVILHA E MILHO FEIJÃO COZIDO CARNE À BRASILEIRA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA	FERIADO MUNICIPAL	PONTO FACULTATIVO									
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLO BANANA	OVOS MEXIDOS											
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	POLENTA COM FRANGO MOLHO	SOPA FRANGO, ARROZ 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		
	422,5448	110,5893	721,1990	4,2259	312,1851	92,0464	636,0690	3,8123	313,0805	106,7155	710,4170	4,2409		
	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		
17,0557	32,2850	581,6170	31,3496	10,2338	25,5943	301,4990	49,7782	16,3379	35,1420	468,8410	34,8536			
Média Semanal	CA(MG) 349,2701	CHO(G) 103,3827	ENERGIA(KCAL) 689,2283	FE(MG) 4,0262	LPD(G) 17,5424	PTN(G) 31,3667	VIT A(MCG) 443,9857	VIT C(MG) 38,6595						

24	2ª Feira - 08/06/2026	3ª Feira - 09/06/2026	4ª Feira - 10/06/2026	5ª Feira - 11/06/2026	6ª Feira - 12/06/2026											
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE TAPIOCA	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO DE AVEIA											
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE CARNE SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO REFOGADO ABOBRINHA COM CENOURA REFOGADAS SALADA DE CHICÓRIA MELÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE TOMATE MAMÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO FAROFA SABOROSA SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA BANANA											
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM FRANGO	BOLO MAÇÃ	OMELETE COM AVEIA	QUIBE	BOLO COCO											
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
	324,2184	95,1018	687,0980	4,3361	331,7415	109,8515	766,8030	5,4643	306,5615	72,3488	531,6920	3,7329	304,6722	90,9449	657,4930	4,1726
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG
20,0572	33,7950	632,1470	34,3256	21,6679	36,0684	461,1630	34,1212	15,9806	25,8971	344,6250	51,3002	13,4234	31,6269	161,3510	49,0592	21,0042
Média Semanal	CA(MG) 321,6427	CHO(G) 100,4528	ENERGIA(KCAL) 701,0676	FE(MG) 4,4915	LPD(G) 19,6227	PTN(G) 32,9478	VIT A(MCG) 421,0841	VIT C(MG) 40,3188								

SUGESTÃO DE HORÁRIOS: LANCHE MANHÃ: 07:00 AS 08:00 h / ALMOÇO: 10:30 AS 11:30 h / LANCHE TARDE: 13:30 AS 14:00 h / JANTAR: 15:30 AS 16:30 h
CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES

Marisa Fatima dos Passos Moreno
 Nutricionista
 CRN-3 nº4361



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

CARDÁPIO CRECHE 7 - 11 MESES (JUNHO/2026)

25	2ª Feira - 15/06/2026	3ª Feira - 16/06/2026	4ª Feira - 17/06/2026	5ª Feira - 18/06/2026	6ª Feira - 19/06/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO DE BETERRABA	LEITE PANQUECA DE MAÇÃ															
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM ERVILHA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE COUVE MANTEIGA ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE BANANA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE LARANJA															
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLO COCO	BOLINHO DE CARNE	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
	417,8669	94,3310	646,1000	3,2632	321,5955	115,8801	759,7710	3,7077	305,0070	60,3764	559,4240	4,5762	299,1759	74,9998	551,8920	3,2053	326,7398	96,7359	600,8730	4,5878
	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	29,2587	559,1220	30,6626	21,1855	29,5818	414,2430	36,8798	15,8844	35,1599	316,9656	30,9142	16,3425	28,8764	183,1940	31,4764	17,8730	35,7989	404,2585	58,9039	
Média Semanal	CA(MG) 336,0816	CHO(G) 90,4065	ENERGIA(KCAL) 641,3000	FE(MG) 3,8879	LPD(G) 17,8116	PTN(G) 31,6971	VIT A(MCG) 391,5766	VIT C(MG) 37,2879												

26	2ª Feira - 22/06/2026	3ª Feira - 23/06/2026	4ª Feira - 24/06/2026	5ª Feira - 25/06/2026	6ª Feira - 26/06/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE TAPIOCA	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO DE AVEIA															
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO CREMOSO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO CREME DE MILHO SALADA DE PEPINO MELANCIA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE LARANJA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA BANANA															
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM FRANGO	BOLO BANANA	OMELETE COM AVEIA	NUGGETS SAUDÁVEL	LANCHE DE CARNE															
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	MACARRONADA CARNE À BOLONHESA	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	POLENTA COM FRANGO 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
	315,1419	91,1390	639,6100	3,6418	328,0795	99,4398	560,9310	4,1007	299,5815	73,5024	536,1550	3,6302	297,3253	87,0198	537,6220	3,9859	321,2847	109,5511	786,2774	5,1749
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG
19,8510	27,0291	632,1470	34,1476	19,4118	29,6970	243,2090	36,6935	18,0518	25,1847	316,8550	31,9532	17,3397	30,6291	150,2830	47,7233	17,5803	37,9692	408,0510	54,1704	
Média Semanal	CA(MG) 312,6834	CHO(G) 90,9364	ENERGIA(KCAL) 637,8051	FE(MG) 4,0778	LPD(G) 17,9895	PTN(G) 30,0860	VIT A(MCG) 360,4910	VIT C(MG) 37,7296												

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 (JUNHO/2026)

27	2ª Feira - 29/06/2026				3ª Feira - 30/06/2026											
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO				LEITE PÃO DE CENOURA											
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI											
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE				BOLO COCO											
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								
	411,6069	91,8463	626,1830	3,0436	230,7636	99,5436	685,6000	2,9110								
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG								
	16,6103	28,7047	645,0440	27,5666	21,0470	26,8508	300,3100	28,8242								
Média Semanal	CA(MG) 371,1853		CHO(G) 95,6969		ENERGIA(KCAL) 656,1415		FE(MG) 2,9773		LPD(G) 18,8286		PTN(G) 27,7777		VIT A(MCG) 423,0770		VIT C(MG) 28,1954	

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 (JUNHO/2026)

23	2ª Feira - 01/06/2026	3ª Feira - 02/06/2026	4ª Feira - 03/06/2026	5ª Feira - 04/06/2026	6ª Feira - 05/06/2026									
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO											
ALMOÇO	ARROZ COM ERVILHA E MILHO FEIJÃO COZIDO CARNE À BRASILEIRA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA	FERIADO MUNICIPAL	PONTO FACULTATIVO									
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLO BANANA	OVOS MEXIDOS											
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	POLENTA COM FRANGO MOLHO	SOPA FRANGO, ARROZ 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		
	442,2411	113,4667	761,2850	5,3452	285,0008	132,9420	890,8910	0,2529	385,4742	132,8950	890,0450	5,6070		
	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		
	18,4974	35,5022	480,2580	30,6640	25,4677	35,8419	337,1330	74,7860	21,1617	44,2856	519,8360	44,5208		
Média Semanal	CA(MG) 397,9043	CHO(G) 126,4344	ENERGIA(KCAL) 847,4113	FE(MG) 5,7354	LPD(G) 21,7089	PTN(G) 38,8699	VIT A(MCG) 429,0757	VIT C(MG) 49,9905						

24	2ª Feira - 08/06/2026	3ª Feira - 09/06/2026	4ª Feira - 10/06/2026	5ª Feira - 11/06/2026	6ª Feira - 12/06/2026											
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE TAPIOCA	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO DE AVEIA											
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ESTROGONOFE DE CARNE SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO REFOGADO ABOBRINHA COM CENOURA REFOGADAS SALADA DE CHICÓRIA MELÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE TOMATE MAMÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO FAROFA SABOROSA SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA BANANA											
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM FRANGO	BOLO MAÇÃ	OMELETE COM AVEIA	QUIBE	BOLO COCO											
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
	375,2299	116,4353	870,3550	6,5912	375,9994	135,0962	890,5410	6,8095	394,6366	129,5810	901,7870	5,5399	379,1262	145,1035	958,1790	7,1376
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG
	26,8066	42,4240	546,6050	41,2182	23,9586	39,3431	510,2340	39,1566	22,6042	45,5670	400,0490	79,8098	24,2042	44,7855	207,3600	80,6760
Média Semanal	CA(MG) 381,4931	CHO(G) 135,7068	ENERGIA(KCAL) 925,0698	FE(MG) 7,0242	LPD(G) 24,2908	PTN(G) 43,5234	VIT A(MCG) 534,2822	VIT C(MG) 57,6705								

SUGESTÃO DE HORÁRIOS: LANCHE MANHÃ: 07:00 AS 08:00 h / ALMOÇO: 10:30 AS 11:30 h / LANCHE TARDE: 13:30 AS 14:00 h / JANTAR: 15:30 AS 16:30 h
CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES

Marisa Fatima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



CARDÁPIO CRECHE 1 - 3 ANOS (JUNHO/2026)

25	2ª Feira - 15/06/2026	3ª Feira - 16/06/2026	4ª Feira - 17/06/2026	5ª Feira - 18/06/2026	6ª Feira - 19/06/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO DE BETERRABA	LEITE PANQUECA DE MAÇÃ															
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM ERVILHA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA COUVE MANTEIGA ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE BANANA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE LARANJA															
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLO COCO	BOLINHO DE CARNE	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
	452,0366	120,1887	808,6680	5,7365	374,2508	145,0481	917,3860	5,4672	379,6511	122,8720	859,6350	7,9180	372,0175	125,1652	874,7100	6,3064	397,0764	122,4515	865,4540	5,8824
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG
21,1200	36,4479	437,7360	32,8888	23,5098	34,4667	515,6750	56,2720	20,2078	46,5192	378,2765	44,3648	23,1280	43,8068	261,2420	47,7960	23,6344	44,2730	963,6000	80,3008	
Média Semanal	CA(MG) 395,1760	CHO(G) 127,3451	ENERGIA(KCAL) 865,1696	FE(MG) 6,3262	LPD(G) 22,3368	PTN(G) 41,0409	VIT A(MCG) 511,5059	VIT C(MG) 54,1225												
26	2ª Feira - 22/06/2026	3ª Feira - 23/06/2026	4ª Feira - 24/06/2026	5ª Feira - 25/06/2026	6ª Feira - 26/06/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE TAPIOCA	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO DE AVEIA															
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO CREMOSO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO CREME DE MILHO SALADA DE PEPINO MELANCIA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE LARANJA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA BANANA															
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM FRANGO	BOLO BANANA	OMELETE COM AVEIA	NUGGETS SAUDÁVEL	LANCHE CARNE															
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	MACARRONADA CARNE À BOLONHESA	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	POLENTA COM FRANGO 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
	365,4716	112,7810	780,6890	5,7208	434,0728	135,8413	935,8790	7,2243	393,1866	132,5380	912,4870	6,5469	369,0274	130,1224	850,0780	6,0766	382,0612	139,7579	938,5625	7,2844
	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
24,9417	33,9241	825,1920	38,2012	26,7291	39,0569	306,6580	57,4990	22,7092	45,4768	395,3980	30,9738	23,8655	30,5025	185,6320	76,2761	22,0669	49,6242	986,4328	84,9743	
Média Semanal	CA(MG) 384,3819	CHO(G) 130,1681	ENERGIA(KCAL) 889,0803	FE(MG) 6,9706	LPD(G) 23,6621	PTN(G) 41,3355	VIT A(MCG) 481,8708	VIT C(MG) 55,0049												

SUGESTÃO DE HORÁRIOS: LANCHE MANHÃ: 07:00 AS 08:00 h / ALMOÇO: 10:30 AS 11:30 h / LANCHE TARDE: 13:30 AS 14:00 h / JANTAR: 15:30 AS 16:30 h
CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES

Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361




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

CARDÁPIO CRECHE 1 - 3 ANOS (JUNHO/2026)

27	2ª Feira - 29/06/2026				3ª Feira - 30/06/2026											
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO				LEITE PÃO DE CENOURA											
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI											
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE				BOLO COCO											
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								
	440,5926	115,2233	777,5290	5,3423	284,5182	139,1463	805,5680	5,5273								
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG								
	19,4893	36,2359	411,3800	26,6958	24,5307	35,8139	221,1280	40,2900								
Média Semanal	CA(MG) 412,5554		CHO(G) 126,6848		ENERGIA(KCAL) 841,4485		FE(MG) 5,4348		LPD(G) 22,0150		PTN(G) 36,0269		VIT A(MCG) 366,2530		VIT C(MG) 33,7684	

SUGESTÃO DE HORÁRIOS: LANCHE MANHÃ: 07:00 AS 08:00 h / ALMOÇO: 10:30 AS 11:30 h / LANCHE TARDE: 13:30 AS 14:00 h / JANTAR: 15:30 AS 16:30 h
CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fatima dos Passos Moreno
 Nutricionista
 CRN-3 nº4361



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA 4 - 5 ANOS (JUNHO/2026)

23	2ª Feira - 01/06/2026	3ª Feira - 02/06/2026	4ª Feira - 03/06/2026	5ª Feira - 04/06/2026	6ª Feira - 05/06/2026															
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO																	
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ COM ERVILHA E MILHO FEIJÃO COZIDO CARNE À BRASILEIRA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA	FERIADO MUNICIPAL	PONTO FACULTATIVO															
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								
	85,8051	466,0750	7,2613	17,7297	80,5249	483,8200	9,7453	20,0224	83,0133	493,7890	8,3990	21,3413								
Média Semanal	CHO(G) 83,1151				ENERGIA(KCAL) 477,9040				LPD(G) 8,4686				PTN(G) 19,6978							
24	2ª Feira - 08/06/2026	3ª Feira - 09/06/2026	4ª Feira - 10/06/2026	5ª Feira - 11/06/2026	6ª Feira - 12/06/2026															
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE BANANA															
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ESTROGONOFE DE CARNE SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO REFOGADO ABOBRINHA COM CENOURA REFOGADAS SALADA DE CHICÓRIA MELÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE TOMATE MAMÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO FAROFA SABOROSA SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA 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
	83,8105	488,2000	8,0426	23,3576	76,1984	496,7300	12,5351	22,7950	75,0225	481,7390	10,6304	22,2572	78,3592	530,1270	16,0270	19,2393	30,2642	490,1560	7,5306	20,3109
Média Semanal	CHO(G) 80,8510				ENERGIA(KCAL) 499,3864				LPD(G) 11,0731				PTN(G) 21,5884							
25	2ª Feira - 15/06/2026	3ª Feira - 16/06/2026	4ª Feira - 17/06/2026	5ª Feira - 18/06/2026	6ª Feira - 19/06/2026															
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO DE BETERRABA	LEITE LARANJA															
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM ERVILHA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE COUVE MANTEIGA ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE BANANA	MACARRONADA 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
	78,5308	443,7570	8,9705	16,2776	74,3737	472,4710	10,1859	22,3400	84,8879	444,5310	9,0287	24,5187	89,4924	405,1500	7,6104	19,5515	82,0462	300,1680	6,7606	13,5293
Média Semanal	CHO(G) 73,6613				ENERGIA(KCAL) 446,0130				LPD(G) 8,6712				PTN(G) 20,4543							

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



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA 4 - 5 ANOS (JUNHO/2026)

26	2ª Feira - 22/06/2026				3ª Feira - 23/06/2026				4ª Feira - 24/06/2026				5ª Feira - 25/06/2026				6ª Feira - 26/06/2026			
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE BANANA			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO CREMOSO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO CREME DE MILHO SALADA DE PEPINO MELANCIA				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE LARANJA				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA 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
	75,6815	415,1670	7,8461	14,1814	78,8666	497,9370	11,5657	21,0548	77,8121	493,4790	10,8519	22,2087	73,0078	450,0000	10,0978	18,6103	80,2642	489,1560	7,5306	20,3178
Média Semanal	CHO(G) 79,1464				ENERGIA(KCAL) 469,3478				LPD(G) 9,5784				PTN(G) 19,2746							

27	2ª Feira - 29/06/2026				3ª Feira - 30/06/2026											
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO DE CENOURA											
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI											
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G								
	72,9452	413,9250	7,0031	17,3792	81,0049	485,4500	9,9933	19,5024								
Média Semanal	CHO(G) 76,9751				ENERGIA(KCAL) 449,6875				LPD(G) 8,5432				PTN(G) 18,4808			

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



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA INTEGRAL 04-05 ANOS (JUNHO/2026)

23	2ª Feira - 01/06/2026	3ª Feira - 02/06/2026	4ª Feira - 03/06/2026	5ª Feira - 04/06/2026	6ª Feira - 05/06/2026											
LANCHE MANHÃ	LEITE MAÇÃ	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO													
ALMOÇO	ARROZ COM ERVILHA E MILHO FEIJÃO COZIDO CARNE À BRASILEIRA SALADA DE REPOLHO	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO	MACARRONADA PICADINHO CARNE NO MOLHO SALADA DE ALFACE	FERIADO MUNICIPAL	PONTO FACULTATIVO											
LANCHE TARDE	PÃO MAÇÃ	PÃO LARANJA	PÃO BANANA													
Composição Nutricional	CHO G 133,0189	ENERGIA KCAL 786,9230	LPD G 33,6790	PTN G 37,1465	CHO G 182,6814	ENERGIA KCAL 1.165,0030	LPD G 25,2614	PTN G 54,1393	CHO G 175,1019	ENERGIA KCAL 1.076,2290	LPD G 17,4376	PTN G 56,4527				
Média Semanal	CHO(G) 1.63,9341				ENERGIA(KCAL) 1.009,3870				LPD(G) 18,7926				PTN(G) 49,2448			

24	2ª Feira - 08/06/2026	3ª Feira - 09/06/2026	4ª Feira - 10/06/2026	5ª Feira - 11/06/2026	6ª Feira - 12/06/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE MAÇÃ	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE BANANA															
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ESTROGONOPE DE CARNE SALADA DE REPOLHO	ARROZ BRANCO FRANGO REFOGADO ABOBRINHA COM CENOURA REFOGADAS SALADA DE CHICÓRIA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE TOMATE MAMÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO FAROFA SABOROSA SALADA DE PEPINO	MACARRONADA PICADINHO CARNE NO MOLHO SALADA DE ACELGA															
LANCHE TARDE	PÃO MAÇÃ	PÃO MELÃO	VITAMINADO DE MAÇÃ	PÃO LARANJA	PÃO BANANA															
Composição Nutricional	CHO G 176,6228	ENERGIA KCAL 1.031,6000	LPD G 16,1381	PTN G 48,4905	CHO G 173,1958	ENERGIA KCAL 1.115,4500	LPD G 25,0418	PTN G 51,7443	CHO G 164,9900	ENERGIA KCAL 990,3490	LPD G 19,0060	PTN G 41,4374	CHO G 170,6750	ENERGIA KCAL 1.173,3230	LPD G 32,2710	PTN G 51,7969	CHO G 183,7250	ENERGIA KCAL 1.084,1960	LPD G 16,6091	PTN G 55,6193
Média Semanal	CHO(G) 173,8437				ENERGIA(KCAL) 1.079,6596				LPD(G) 21,8296				PTN(G) 49,8159							

25	2ª Feira - 15/06/2026	3ª Feira - 16/06/2026	4ª Feira - 17/06/2026	5ª Feira - 18/06/2026	6ª Feira - 19/06/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE MAÇÃ	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO DE BETERRABA	LEITE LARANJA															
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM ERVILHA SALADA DE REPOLHO	ARROZ BRANCO ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE COUVE MANTEIGA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE	MACARRONADA PICADINHO CARNE NO MOLHO SALADA DE ALFACE															
LANCHE TARDE	PÃO MAÇÃ	PÃO ABACAXI	VITAMINADO BANANA E MAMÃO	PÃO BANANA	PÃO LARANJA															
Composição Nutricional	CHO G 163,2454	ENERGIA KCAL 910,7920	LPD G 15,3797	PTN G 33,3721	CHO G 146,0489	ENERGIA KCAL 954,7450	LPD G 20,3719	PTN G 46,6506	CHO G 118,3759	ENERGIA KCAL 951,6070	LPD G 18,7465	PTN G 48,6674	CHO G 185,0752	ENERGIA KCAL 1.095,2850	LPD G 21,2756	PTN G 44,4509	CHO G 159,8208	ENERGIA KCAL 991,3950	LPD G 15,8471	PTN G 50,3713
Média Semanal	CHO(G) 160,6727				ENERGIA(KCAL) 982,7650				LPD(G) 18,3242				PTN(G) 46,0505							

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



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA INTEGRAL 04-05 ANOS (JUNHO/2026)


26	2ª Feira - 22/06/2026				3ª Feira - 23/06/2026				4ª Feira - 24/06/2026				5ª Feira - 25/06/2026				6ª Feira - 26/06/2026			
LANCHE MANHÃ	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE BANANA			
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO CREMOSO SALADA DE REPOLHO				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO CREME DE MILHO SALADA DE PEPINO				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE				MACARRONADA PICADINHO CARNE NO MOLHO SALADA DE ACELGA			
LANCHE TARDE	PÃO MAÇÃ				PÃO MELANCIA				VITAMINADO DE BANANA				PÃO LARANJA				LANCHE DE CARNE SUCO DE MARACUJÁ			
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
	162,4959	884,9070	13,8557	31,8896	171,4224	1.136,2430	27,0377	53,7904	167,7885	1.002,0690	19,3875	41,3869	162,0956	928,9700	16,1301	35,6227	102,7470	1.199,6240	20,6974	73,1326
Média Semanal	CHO(G) 169,3099				ENERGIA(KCAL) 1.029,1846				LPD(G) 19,4057				PTN(G) 46,9708							

27	2ª Feira - 29/06/2026				3ª Feira - 30/06/2026											
LANCHE MANHÃ	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO DE CENOURA											
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO											
LANCHE TARDE	PÃO MAÇÃ				PÃO ABACAXI											
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G								
	161,0436	1.009,0320	17,4442	53,5974	180,8014	1.157,2890	25,4859	59,5073								
Média Semanal	CHO(G) 170,9225				ENERGIA(KCAL) 1.083,1175				LPD(G) 21,4648				PTN(G) 53,5524			

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



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL 6 - 10 ANOS (JUNHO/2026)

23	2ª Feira - 01/06/2026	3ª Feira - 02/06/2026	4ª Feira - 03/06/2026	5ª Feira - 04/06/2026	6ª Feira - 05/06/2026											
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA													
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ COM ERVILHA E MILHO COZIDO CARNE À BRASILEIRA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA	FERIADO MUNICIPAL	PONTO FACULTATIVO											
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				
	73,9903	477,6210	10,7223	20,7585	73,9492	500,8940	10,4775	28,1451	87,3482	591,8500	11,4636	27,1169				
Média Semanal	CHO(G) 81,6626				ENERGIA(KCAL) 523,4683				LPD(G) 10,8878				PTN(G) 25,4405			

24	2ª Feira - 08/06/2026	3ª Feira - 09/06/2026	4ª Feira - 10/06/2026	5ª Feira - 11/06/2026	6ª Feira - 12/06/2026															
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA MAMÃO	PÃO	LEITE															
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFE CARNE SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO ABOBRINHA COM CENOURA REFOGADAS SALADA DE CHICÓRIA	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO FAROFA SABOROSA SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA 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
	75,9754	592,8960	15,1595	27,2708	74,5792	534,4740	14,9444	27,3607	81,7450	518,4720	10,4410	25,5477	102,9478	682,7940	19,0860	27,4051	69,8382	587,8220	12,5436	31,4329
Média Semanal	CHO(G) 85,0379				ENERGIA(KCAL) 583,1916				LPD(G) 14,4421				PTN(G) 29,8014							

25	2ª Feira - 15/06/2026	3ª Feira - 16/06/2026	4ª Feira - 17/06/2026	5ª Feira - 18/06/2026	6ª Feira - 19/06/2026															
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA	PÃO	LEITE															
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM ERVILHA SALADA DE REPOLHO	ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE COUVE MANTEIGA	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA 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
	80,8594	537,1629	17,5235	26,7946	75,0202	488,2160	9,5244	28,4055	78,9666	501,7140	13,4590	21,3652	113,4862	635,2940	6,0066	33,2011	75,0692	553,1100	12,8436	31,3479
Média Semanal	CHO(G) 82,2865				ENERGIA(KCAL) 542,8992				LPD(G) 12,0316				PTN(G) 28,2271							

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 - 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 6 - 10 ANOS (JUNHO/2026)


26	2ª Feira - 22/06/2026	3ª Feira - 23/06/2026	4ª Feira - 24/06/2026	5ª Feira - 25/06/2026	6ª Feira - 26/06/2026															
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA ABACAXI	PÃO	LEITE															
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO CREMOSO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO CREME DE MILHO SALADA DE PEPINO	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE	CACHORRO-QUENTE SUCO DE MARACUJÁ															
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
	67,2864	493,8020	18,4432	22,0301	76,9828	557,8640	14,8042	27,6314	85,8490	535,4720	10,7740	25,4377	88,5252	450,5340	10,1406	21,9761	77,1733	605,2220	23,8154	33,7712
Média Semanal	CHO(G) 75,5641				ENERGIA(KCAL) 528,5788				LPD(G) 14,9965				PTN(G) 23,5494							
27	2ª Feira - 29/06/2026	3ª Feira - 30/06/2026																		
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO																		
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA DE CARNE NO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO																		
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G												
	73,7884	557,1020	19,2685	23,6131	73,8492	500,8940	10,4776	28,1451												
Média Semanal	CHO(G) 73,8163				ENERGIA(KCAL) 528,9980				LPD(G) 14,8731				PTN(G) 25,3791							

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



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL 6 - 10 ANOS (JUNHO/2026)

23	2ª Feira - 01/06/2026	3ª Feira - 02/06/2026	4ª Feira - 03/06/2026	5ª Feira - 04/06/2026	6ª Feira - 05/06/2026											
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO													
ALMOÇO	ARROZ COM ERVILHA E MILHO FEIJÃO CARIÓCA COZIDO CARNE À BRASILEIRA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIÓCA PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE	FERIADO MUNICIPAL	PONTO FACULTATIVO											
LANCHE TARDE	PÃO MACIO COM MARGARINA	LANCHE DE FRANGO LARANJA	PÃO COM MANTEIGA 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				
	139,0159	937,2870	24,5685	37,5550	180,6980	1.255,6700	32,5143	82,6924	177,9450	1.180,0340	20,8973	56,4590				
Média Semanal	CHO(G) 165,8913				ENERGIA(KCAL) 1.117,6570				LPD(G) 28,6924				PTN(G) 52,2355			

24	2ª Feira - 08/06/2026	3ª Feira - 09/06/2026	4ª Feira - 10/06/2026	5ª Feira - 11/06/2026	6ª Feira - 12/06/2026											
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO	LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO											
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIÓCA ESTROGONOFE DE CARNE SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIÓCA FRANGO REFOGADO ABOBRINHA COM CENOURA REFOGADAS SALADA DE CHICÓRIA	ARROZ FEIJÃO CARIÓCA CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE TOMATE MAMÃO	ARROZ FEIJÃO CARIÓCA PERNIL ACEBOLADO FAROFA SABOROSA SALADA DE PEPINO	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA											
LANCHE TARDE	CANJICA	LANCHE DE CARNE MELÃO	VITAMINADO MAÇÃ	PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA	PÃO COM MANTEIGA 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
	206,4549	1.326,9750	26,2406	66,0035	160,4246	1.242,0940	37,9402	59,7321	180,8610	1.227,6920	26,1036	64,7605	171,2270	1.374,2700	35,9109	49,7382
Média Semanal	CHO(G) 181,5142				ENERGIA(KCAL) 1.270,7230				LPD(G) 35,5204				PTN(G) 59,4059			

25	2ª Feira - 15/06/2026	3ª Feira - 16/06/2026	4ª Feira - 17/06/2026	5ª Feira - 18/06/2026	6ª Feira - 19/06/2026											
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO	LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO											
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIÓCA FRANGO COM ERVILHA SALADA DE REPOLHO	ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE COUVE MANTEIGA	ARROZ FEIJÃO CARIÓCA POLENATA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ FEIJÃO CARIÓCA FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE											
LANCHE TARDE	PÃO MACIO COM MARGARINA	LANCHE DE FRANGO ABACAXI	VITAMINADO BANANA E MAMÃO	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
	179,4988	1.207,2300	33,8986	50,5115	156,4608	1.097,5760	29,0794	54,8143	204,7210	1.250,7920	29,2446	59,4157	194,1762	1.329,2400	39,4959	55,0743
Média Semanal	CHO(G) 179,7757				ENERGIA(KCAL) 1.212,3324				LPD(G) 32,0612				PTN(G) 54,9714			

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 - 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 6 - 10 ANOS (JUNHO/2026)

26	2ª Feira - 22/06/2026	3ª Feira - 23/06/2026	4ª Feira - 24/06/2026	5ª Feira - 25/06/2026	6ª Feira - 26/06/2026														
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO	LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO														
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO CREMOSO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO CREME DE MILHO SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE CHICÓRTIA ABACAXI	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE AÇELGA BANANA														
LANCHE TARDE	DANETE	LANCHE DE CARNE MELANCIA	VITAMINADO BANANA	PÃO MACIO COM REQUEIJÃO LARANJA	CACHORRO-QUENTE SUÇO DE MARACUJÁ														
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			
	193,8010	1.158,1300	24,7214	02,6571	174,6172	1.206,0440	40,2612	62,7264	183,1558	1.217,7920	26,8058	63,4125	130,8857	1.044,7700	31,8166	37,6856	244,8705	1.506,9160	38,1263
Média Semanal	CHO(G) 190,1962				ENERGIA(KCAL) 1.262,7292				LPD(G) 32,3702				PTN(G) 55,6173						
27	2ª Feira - 29/06/2026	3ª Feira - 30/06/2026																	
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA																	
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ALMÔNDEGA DE CARNE NO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO																	
LANCHE TARDE	PÃO MACIO COM MARGARINA	LANCHE DE FRANGO ABACAXI																	
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G											
	162,7266	1.147,9540	36,4115	43,7444	178,0450	1.244,5700	32,8433	61,5854											
Média Semanal	CHO(G) 170,3858				ENERGIA(KCAL) 1.196,2170				LPD(G) 34,6774				PTN(G) 52,6649						

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