



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

40			4ª Feira - 01/10/2025				5ª Feira - 02/10/2025				6ª Feira - 03/10/2025			
LANCHE ENTRADA			PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO			POLENTA COM FRANGO MOLHO SALADA DE REPOLHO GOIABA				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO MAMÃO				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
			142,7428	832,1000	20,1201	26,8855	122,8724	802,8120	17,5967	40,7058	119,6768	837,3150	19,7841	47,3113
Média Semanal	CHO(G) 128,4307		ENERGIA(KCAL) 824,0757			LPD(G) 19,1670				PTN(G) 38,3009				

41	2ª Feira - 06/10/2025				3ª Feira - 07/10/2025				4ª Feira - 08/10/2025				5ª Feira - 09/10/2025				6ª Feira - 10/10/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				BISCOITO DOCE				BISCOITO DOCE				BISCOITO DOCE				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI				ARROZ CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE MELANCIA				ARROZ FEIJÃO FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO BANANA				CACHORRO-QUENTE SUCO DE UVA			
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
	102,4508	746,9320	22,1198	35,6549	135,7740	867,0320	18,9243	41,5926	105,4454	720,5720	15,3945	40,4241	140,6364	883,4820	20,9460	37,5483	103,3375	782,0060	28,5805	25,8959
Média Semanal	CHO(G) 117,5290				ENERGIA(KCAL) 800,0048				LPD(G) 21,1930				PTN(G) 36,2232							

42	2ª Feira - 13/10/2025				3ª Feira - 14/10/2025				4ª Feira - 15/10/2025				5ª Feira - 16/10/2025				6ª Feira - 17/10/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO								PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	POLENTA COM FRANGO MOLHO SALADA DE REPOLHO				NHOQUE COM CARNE MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO ABACAXI				FERIADO ESCOLAR				ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE GOIABA				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
	101,9578	713,2200	22,2151	31,0545	81,5328	701,9520	22,7621	51,9523					160,0228	921,1440	16,8603	35,9926	119,6768	837,3150	19,7841	47,3113
Média Semanal	CHO(G) 115,7976				ENERGIA(KCAL) 793,4078				LPD(G) 20,4054				PTN(G) 41,5777							

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 FUNDAMENTAL 11 - 15 ANOS (OUTUBRO/2025)

43	2ª Feira - 20/10/2025				3ª Feira - 21/10/2025				4ª Feira - 22/10/2025				5ª Feira - 23/10/2025				6ª Feira - 24/10/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE ABACAXI				ARROZ PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA DE ALFACE BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE CHICÓRIA GOIABA			
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	89,4144	674,8220	16,5510	42,4313	106,5766	686,6940	18,0312	27,0645	113,4468	669,3480	14,9672	23,0501	143,8428	929,8150	19,3131	46,7093
Média Semanal	CHO(G) 111,0886				ENERGIA(KCAL) 749,7998				LPD(G) 19,1370				PTN(G) 34,7731							

44	2ª Feira - 27/10/2025				3ª Feira - 28/10/2025				4ª Feira - 29/10/2025				5ª Feira - 30/10/2025				6ª Feira - 31/10/2025			
LANCHE ENTRADA					LEITE COM CHOCOLATE				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	FERIADO MUNICIPAL				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO ABACAXI				NHOQUE COM CARNE MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				MACARRONADA COM LINGUIÇA NO 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
					113,1568	752,8300	18,0081	38,4788	121,9824	833,1620	21,1920	41,4788	79,1028	691,1520	22,3961	52,2343	114,2458	889,1710	33,9501	35,1403
Média Semanal	CHO(G) 107,1220				ENERGIA(KCAL) 791,5808				LPD(G) 23,8866				PTN(G) 41,8331							

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 Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

40			4ª Feira - 01/10/2025				5ª Feira - 02/10/2025				6ª Feira - 03/10/2025			
LANCHE MANHÃ			LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO			ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA FRANGO NO MOLHO SALADA DE REPOLHO GOIABA				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE			VITAMINADO BANANA				PÃO MACIO COM REQUEIJÃO MAMÃO				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
			295,3088	1.799,3220	41,9211	65,9904	202,4538	1.624,3220	62,6341	65,3677	275,6192	1.747,8720	38,3064	82,5731
Média Semanal	CHO(G) 258,1273		ENERGIA(KCAL) 1.720,9087				LPD(G) 47,7572				PTN(G) 71,3104			

41	2ª Feira - 06/10/2025				3ª Feira - 07/10/2025				4ª Feira - 08/10/2025				5ª Feira - 09/10/2025				6ª Feira - 10/10/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE BISCOITO DOCE				LEITE BISCOITO DOCE				LEITE BISCOITO DOCE				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE MELANCIA				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA			
LANCHE TARDE	DANETE				LANCHE DE FRANGO ABACAXI				VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO COM PRESUNTO BANANA				CACHORRO-QUENTE			
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
	280,5302	1.724,0920	40,0624	64,6793	253,9228	1.659,6220	37,4657	81,7802	236,6668	1.648,7020	41,7081	84,6352	247,5358	1.582,7820	39,1881	66,8892	283,8915	1.863,8910	40,9108	94,1084
Média Semanal	CHO(G) 260,5094				ENERGIA(KCAL) 1.695,6578				LPD(G) 39,8670				PTN(G) 78,4183							

42	2ª Feira - 13/10/2025				3ª Feira - 14/10/2025				4ª Feira - 15/10/2025				5ª Feira - 16/10/2025				6ª Feira - 17/10/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA								LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA FRANGO NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ NHOQUE COM CARNE MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO				FERIADO ESCOLAR				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	CANJICA				LANCHE DE CARNE ABACAXI								PÃO MACIO COM REQUEIJÃO GOIABA				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
	275,8848	1.771,0240	47,2991	66,1354	246,3238	1.838,4560	58,2806	99,2690					242,7446	1.796,2520	66,3902	82,2160	275,6192	1.747,8720	38,3064	82,5731
Média Semanal	CHO(G) 243,1739				ENERGIA(KCAL) 1.623,2770				LPD(G) 46,4878				PTN(G) 63,1129							

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



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

43	2ª Feira - 20/10/2025				3ª Feira - 21/10/2025				4ª Feira - 22/10/2025				5ª Feira - 23/10/2025				6ª Feira - 24/10/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE ABACAXI				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA DE ALFACE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE CHICÓRIA			
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA				LANCHE DE FRANGO MELÃO				VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO COM MUÇARELA BANANA				PÃO MACIO COM MARGARINA GOIABA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	237,5658	1.761,5040	66,2206	59,9167	212,5140	1.535,5920	45,3354	77,2345	244,5820	1.577,0720	40,2483	65,3149	239,2384	1.736,2280	62,8660	60,6469	280,7292	1.785,0720	37,4314	81,0131
Média Semanal	CHO(G) 242,9259				ENERGIA(KCAL) 1.679,0936				LPD(G) 50,4203				PTN(G) 68,8252							

44	2ª Feira - 27/10/2025				3ª Feira - 28/10/2025				4ª Feira - 29/10/2025				5ª Feira - 30/10/2025				6ª Feira - 31/10/2025			
LANCHE MANHÃ					LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	FERIADO MUNICIPAL				ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO ABACAXI				ARROZ NHOQUE COM CARNE MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO				MACARRONADA COM LINGUIÇA NO MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE					ARROZ DOCE				VITAMINADO BANANA				PÃO MACIO COM REQUEIJÃO MAMÃO				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
	284,6378	1.752,7010	39,7531	67,1879	254,7102	1.684,3120	42,3114	78,4245	197,4798	1.730,9500	72,4371	81,4218	232,9068	1.685,0840	59,6131	60,8703				
Média Semanal	CHO(G) 242,4837				ENERGIA(KCAL) 1.713,2618				LPD(G) 53,5287				PTN(G) 71,9784							

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 - 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 (OUTUBRO/2025)

40	4ª Feira - 01/10/2025				5ª Feira - 02/10/2025				6ª Feira - 03/10/2025			
LANCHE ENTRADA	PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	POLENTA COM FRANGO MOLHO SALADA DE REPOLHO GOIABA				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO MAMÃO				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
	140,0161	883,5313	19,8151	40,7062	140,0161	883,5313	19,8151	40,7062	140,0161	883,5313	19,8151	40,7062
Média Semanal	CHO(G) 140,0161				ENERGIA(KCAL) 883,5313				LPD(G) 19,8151			
41	2ª Feira - 06/10/2025				3ª Feira - 07/10/2025				4ª Feira - 08/10/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				BISCOITO DOCE				BISCOITO DOCE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI				ARROZ CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE MELANCIA			
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
	129,9781	854,4314	20,8920	38,5023	129,9781	854,4314	20,8920	38,5023	129,9781	854,4314	20,8920	38,5023
Média Semanal	CHO(G) 129,9781				ENERGIA(KCAL) 854,4314				LPD(G) 20,8920			
42	2ª Feira - 13/10/2025				3ª Feira - 14/10/2025				4ª Feira - 15/10/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO			
REFEIÇÃO PADRÃO	POLENTA COM FRANGO MOLHO SALADA DE REPOLHO				BIFEME COM CARNE MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO ABACAXI				FRRIADO PSOLAR			
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
	134,3902	902,0655	22,3934	46,8197	134,3902	902,0655	22,3934	46,8197	134,3902	902,0655	22,3934	46,8197
Média Semanal	CHO(G) 134,3902				ENERGIA(KCAL) 902,0655				LPD(G) 22,3934			

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 INTEGRAL 16 - 18 ANOS (OUTUBRO/2025)

40			4ª Feira - 01/10/2025				5ª Feira - 02/10/2025				6ª Feira - 03/10/2025			
LANCHE MANHÃ			LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO			ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA RANGO NO MOLHO SALADA DE REPOLHO GOIABA				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE			VITAMINADO BANANA				PÃO MACIO COM REQUEIJÃO MAMÃO				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
			365,3508	2.121,1800	43,6901	76,6629	237,1558	1.862,8909	67,8051	78,9777	310,1732	2.182,2360	57,6544	93,6996
Média Semanal	CHO(G) 304,2266		ENERGIA(KCAL) 2.028,7687			LPD(G) 56,3832				PTN(G) 83,1801				

41	2ª Feira - 06/10/2025				3ª Feira - 07/10/2025				4ª Feira - 08/10/2025				5ª Feira - 09/10/2025				6ª Feira - 10/10/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE BISCOITO DOCE				LEITE BISCOITO DOCE				LEITE BISCOITO DOCE				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE MELANCIA				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA			
LANCHE TARDE	DANETE				LANCHE DE FRANGO ABACAXI				VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO COM PRESUNTO BANANA				CACHORRO-QUENTE			
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
	317,1782	1.987,4000	46,9159	76,6965	328,8812	2.095,9700	42,9259	103,4367	324,2008	2.066,0200	46,8181	93,4884	266,0658	1.708,7908	43,3321	68,9507	325,5697	2.146,8828	48,7274	107,2445
Média Semanal	CHO(G) 312,3791				ENERGIA(KCAL) 2.001,0124				LPD(G) 45,7039				PTN(G) 90,3634							

42	2ª Feira - 13/10/2025				3ª Feira - 14/10/2025				4ª Feira - 15/10/2025				5ª Feira - 16/10/2025				6ª Feira - 17/10/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA								LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA RANGO NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ NHOQUE COM CARNE MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO				FERIADO ESCOLAR				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	CANJICA				LANCHE DE CARNE ABACAXI								PÃO MACIO COM REQUEIJÃO GOIABA				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
	324,4048	2.055,1709	52,5321	77,8609	278,6088	2.194,2140	73,8386	114,2590					292,5602	2.096,9800	71,2504	78,6675	310,1732	2.102,2360	57,6544	93,6996
Média Semanal	CHO(G) 301,4368				ENERGIA(KCAL) 2.112,1500				LPD(G) 63,8189				PTN(G) 90,6218							

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



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

43	2ª Feira - 20/10/2025	3ª Feira - 21/10/2025	4ª Feira - 22/10/2025	5ª Feira - 23/10/2025	6ª Feira - 24/10/2025
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO	LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ALMÔDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE ABACAXI	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA DE ALFACE	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE CHICÓRIA
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA	LANCHE DE FRANGO MELÃO	VITAMINADO DE MAÇÃ	PÃO COM MUÇARELA BANANA	PÃO MACIO COM MARGARINA GOIABA
Composição Nutricional	CHO G 273,7378 ENERGIA KCAL 1.979,8320 LPD G 69,2641 PTN G 71,0897	CHO G 249,5280 ENERGIA KCAL 1.873,1200 LPD G 57,6304 PTN G 90,8130	CHO G 303,4400 ENERGIA KCAL 1.850,7000 LPD G 42,1273 PTN G 72,6274	CHO G 291,3584 ENERGIA KCAL 1.979,5500 LPD G 65,9913 PTN G 71,8974	CHO G 315,4092 ENERGIA KCAL 2.119,8360 LPD G 56,7804 PTN G 92,1636
Média Semanal	CHO(G) 284,6947		ENERGIA(KCAL) 1.960,6076		LPD(G) 58,3587
					PTN(G) 79,7182

44	2ª Feira - 27/10/2025	3ª Feira - 28/10/2025	4ª Feira - 29/10/2025	5ª Feira - 30/10/2025	6ª Feira - 31/10/2025
LANCHE MANHÃ		LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO	LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO
ALMOÇO	FERIADO MUNICIPAL	ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO ABACAXI	ARROZ NHOQUE COM CARNE MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO	MACARRONADA COM LINGUIÇA NO MOLHO SALADA DE ALFACE
LANCHE TARDE		ARROZ DOCE	VITAMINADO BANANA	PÃO MACIO COM REQUEIJÃO MAMÃO	PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA
Composição Nutricional		CHO G 335,1738 ENERGIA KCAL 2.030,9120 LPD G 42,4153 PTN G 80,3857	CHO G 298,5886 ENERGIA KCAL 1.843,7900 LPD G 41,5697 PTN G 76,9503	CHO G 329,0478 ENERGIA KCAL 1.998,6180 LPD G 77,3711 PTN G 95,0493	CHO G 248,1718 ENERGIA KCAL 1.877,3720 LPD G 72,8721 PTN G 63,4963
Média Semanal	CHO(G) 280,2455		ENERGIA(KCAL) 1.937,6725		LPD(G) 58,5571
					PTN(G) 78,9704

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 EJA (OUTUBRO/2025)

40			4ª Feira - 01/10/2025				5ª Feira - 02/10/2025				6ª Feira - 03/10/2025			
LANCHE ENTRADA			PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO			POLENTA COM FRANGO MOLHO SALADA DE REPOLHO GOIABA				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO MAMÃO				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
			151,8748	889,1320	21,3921	29,5785	120,5850	771,7140	14,9748	40,8874	123,2532	851,9180	19,8294	47,9901
Média Semanal	CHO(G) 131,9043		ENERGIA(KCAL) 837,5880			LPD(G) 18,7321				PTN(G) 39,4853				

41	2ª Feira - 06/10/2025				3ª Feira - 07/10/2025				4ª Feira - 08/10/2025				5ª Feira - 09/10/2025				6ª Feira - 10/10/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				BISCOITO DOCE				BISCOITO DOCE				BISCOITO DOCE				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI				ARROZ CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE MELANCIA				ARROZ FEIJÃO FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO BANANA				CACHORRO-QUENTE SUCO DE UVA			
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
	102,0352	736,9320	21,4654	35,0651	122,9062	766,5049	16,2879	34,8408	104,6438	689,1560	13,1331	38,2163	133,9958	817,5540	18,0966	33,5985	101,3565	771,7000	28,6940	25,1169
Média Semanal	CHO(G) 112,9881				ENERGIA(KCAL) 756,7692				LPD(G) 19,5354				PTN(G) 33,3675							

42	2ª Feira - 13/10/2025				3ª Feira - 14/10/2025				4ª Feira - 15/10/2025				5ª Feira - 16/10/2025				6ª Feira - 17/10/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO								PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	POLENTA COM FRANGO MOLHO SALADA DE REPOLHO				NHOQUE COM CARNE MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO ABACAXI				FERIADO ESCOLAR				ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE GOIABA				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
	110,1558	757,9720	22,8231	33,0875	79,0528	692,1520	22,6761	51,8743					172,7752	940,6040	9,4614	43,9578	123,2532	851,9180	19,8294	47,9901
Média Semanal	CHO(G) 121,3093				ENERGIA(KCAL) 810,6615				LPD(G) 18,6975				PTN(G) 44,2274							

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 (OUTUBRO/2025)

43	2ª Feira - 20/10/2025				3ª Feira - 21/10/2025				4ª Feira - 22/10/2025				5ª Feira - 23/10/2025				6ª Feira - 24/10/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE ABACAXI				ARROZ PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA DE ALFACE BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE CHICÓRIA GOIABA			
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
	109,2008	860,2820	28,6081	41,0763	88,3280	605,9340	12,5404	35,1216	105,2066	689,6440	17,9887	29,0248	118,2554	710,2260	15,4920	27,1145	146,8312	941,9180	19,3364	47,2141
Média Semanal	CHO(G) 113,5644				ENERGIA(KCAL) 761,6008				LPD(G) 18,7931				PTN(G) 35,9103							

44	2ª Feira - 27/10/2025				3ª Feira - 28/10/2025				4ª Feira - 29/10/2025				5ª Feira - 30/10/2025				6ª Feira - 31/10/2025			
LANCHE ENTRADA					LEITE COM CHOCOLATE				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	FERIADO MUNICIPAL				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO ABACAXI				NHOQUE COM CARNE MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				MACARRONADA COM LINGUIÇA NO 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
	110,1558	769,8340	18,9711	43,0145	108,6546	772,7740	20,7342	40,2846	74,9528	675,1520	22,3461	51,9843	127,0398	981,4830	36,3971	38,8383				
Média Semanal	CHO(G) 105,2008				ENERGIA(KCAL) 799,8108				LPD(G) 24,6121				PTN(G) 43,5304							

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 ETEC (OUTUBRO/2025)

40					4ª Feira - 01/10/2025				5ª Feira - 02/10/2025				6ª Feira - 03/10/2025			
LANCHE ENTRADA					PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO					POLENTA COM FRANGO MOLHO SALADA DE REPOLHO GOIABA				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO MAMÃO				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
					143,2868	839,0200	20,6471	27,0305	155,9812	1.005,2500	19,6459	54,8348	128,5070	893,5040	21,4383	48,8035
Média Semanal	CHO(G) 142,5917				ENERGIA(KCAL) 912,5913				LPD(G) 20,5771				PTN(G) 43,5563			

41	2ª Feira - 06/10/2025				3ª Feira - 07/10/2025				4ª Feira - 08/10/2025				5ª Feira - 09/10/2025				6ª Feira - 10/10/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				BISCOITO DOCE				BISCOITO DOCE				BISCOITO DOCE				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI				ARROZ CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE MELANCIA				ARROZ FEIJÃO FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO BANANA				CACHORRO-QUENTE SUCO DE UVA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	106,6232	771,8000	23,0434	36,3521	153,2662	941,1700	19,4894	42,8238	118,2378	793,0920	15,8091	44,6160	146,2398	929,5200	21,7661	41,8240	117,4645	660,9530	29,8950	29,6789
Média Semanal	CHO(G) 128,5663				ENERGIA(KCAL) 859,3070				LPD(G) 22,0006				PTN(G) 39,0590							

42	2ª Feira - 13/10/2025				3ª Feira - 14/10/2025				4ª Feira - 15/10/2025				5ª Feira - 16/10/2025				6ª Feira - 17/10/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO								PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	POLENTA COM FRANGO MOLHO SALADA DE REPOLHO				NHOQUE COM CARNE MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO ABACAXI				FERIADO ESCOLAR				ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE GOIABA				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
	102,5018	720,1400	22,7421	31,1995	96,9198	818,8580	26,5541	59,5773					193,6878	1.122,0000	20,0351	47,4420	128,5070	893,5040	21,4383	48,8035
Média Semanal	CHO(G) 130,4041				ENERGIA(KCAL) 888,6255				LPD(G) 22,6924				PTN(G) 46,7556							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:
LANCHE ENTRADA NOITE: 18:30 AS 19:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO NOITE: 20:30 AS 21:00 h
CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fatima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

CARDÁPIO ETEC (OUTUBRO/2025)

43	2ª Feira - 20/10/2025				3ª Feira - 21/10/2025				4ª Feira - 22/10/2025				5ª Feira - 23/10/2025				6ª Feira - 24/10/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE ABACAXI				ARROZ PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA DE ALFACE BANANA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE CHICÓRIA GOIABA			
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	836,4700	32,5950	36,0727	111,2010	751,5000	15,3569	43,2516	149,7846	925,6400	21,0122	39,8468	105,2379	578,8030	11,0001	17,1928	152,4630	984,7040	20,9483	48,0995
Média Semanal	CHO(G) 123,7010				ENERGIA(KCAL) 815,4234				LPD(G) 20,1825				PTN(G) 36,8927							

44	2ª Feira - 27/10/2025				3ª Feira - 28/10/2025				4ª Feira - 29/10/2025				5ª Feira - 30/10/2025				6ª Feira - 31/10/2025			
LANCHE ENTRADA					LEITE COM CHOCOLATE				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	FERIADO MUNICIPAL				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO ABACAXI				NHOQUE COM CARNE MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				MACARRONADA COM LINGUIÇA NO 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
	127,4128	884,2620	20,8251	51,3363	137,3266	919,6000	22,2927	46,7366	80,4198	752,8580	25,7941	59,2973	131,7268	1.012,3180	37,6371	40,0053				
Média Semanal	CHO(G) 119,2215				ENERGIA(KCAL) 892,2595				LPD(G) 26,6373				PTN(G) 49,3439							

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