



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 (OUTUBRO/2025)

40									4ª Feira - 01/10/2025				5ª Feira - 02/10/2025				6ª Feira - 03/10/2025			
LANCHE MANHÃ									LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE TAPIOCA			
ALMOÇO									ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO NO MOLHO SALADA DE REPOLHO GOIABA				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO MAMÃO				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA			
LANCHE TARDE									BOLINHO DE CARNE				OMELETE COM AVEIA				BOLO MAÇÃ			
JANTAR									SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES				PURÊ BATATA 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
									298,9906	83,5805	573,2465	4,0876	314,8724	63,9288	527,6960	3,2549	315,6374	116,9254	739,3530	4,4713
									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
									14,4591	27,9731	241,3338	25,7867	19,3727	26,3836	189,0430	49,2942	16,5198	34,7997	488,6545	33,1626
Média Semanal	CA(MG) 309,8335		CHO(G) 88,1449		ENERGIA(KCAL) 613,4318		FE(MG) 3,9379		LPD(G) 16,7838		PTN(G) 29,7188		VIT A(MCG) 306,3438		VIT C(MG) 36,0812					

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 PÃO DE POLVILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PANQUECA DE MAÇÃ			
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA ALFACE MELANCIA				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO BANANA				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA			
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM CARNE				MUFFIN DE COUVE COM TOMATE				OVOS MEXIDOS				QUIBE				LANCHE DE CARNE			
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	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG
	330,8245	96,6507	677,4400	4,7472	324,7199	104,9938	762,4680	4,4267	303,4943	68,5105	517,6080	4,0322	284,8022	98,5022	636,5150	4,2112	347,7829	100,9970	702,7594	5,1945
	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
	18,5194	33,4396	636,0020	34,5956	24,9123	31,7077	227,0600	44,2667	16,0251	25,0104	666,2800	34,7202	15,1492	30,3078	127,3430	28,4262	16,6023	39,0655	520,6860	61,8404
Média Semanal	CA(MG) 318,3248		CHO(G) 93,9308		ENERGIA(KCAL) 659,3581		FE(MG) 4,5224		LPD(G) 18,2416		PTN(G) 31,9062		VIT A(MCG) 435,4742		VIT C(MG) 40,7698					

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



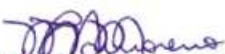
PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPRA
RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

CARDÁPIO CRECHE 7 - 11 MESES (OUTUBRO/2025)

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 PÃO DE AVEIA				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE TAPIOCA			
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO NO MOLHO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM SELETA SALADA DE ALMEIRÃO ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO MANGA				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE GOIABA				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA			
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE				BOLO BANANA				BOLINHO DE CARNE				OMELETE COM AVEIA				BOLO MAÇÃ			
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO				NHOQUE COM CARNE MOLHO				PURÊ BATATA 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
	419,0080	97,0076	602,3415	3,8395	289,1429	69,6245	617,1320	3,8536	371,7605	81,5573	744,7850	6,3716	306,5134	79,5642	570,1510	3,4092	315,6374	116,9254	739,3530	4,4713
	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
	20,2640	29,9035	552,1958	31,2881	17,5260	27,4115	321,8140	20,6602	25,3296	51,5343	413,7140	34,6086	17,7535	25,1454	171,5880	28,7862	16,5198	34,7997	488,6545	33,1626
Média Semanal	CA(MG) 340,4125		CHO(G) 92,9358		ENERGIA(KCAL) 670,7525		FE(MG) 4,3890		LPD(G) 19,4785		PTN(G) 33,7589		VIT A(MCG) 389,5933		VIT C(MG) 29,7011					

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 PÃO DE POLVILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PANQUECA DE AVEIA			
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO MELÃO				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA ALFACE BANANA				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE CHICÓRIA GOIABA			
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM FRANGO				BOLO COCO				OVOS MEXIDOS				QUIBE				BOLO BANANA			
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
	317,3069	84,0013	602,3780	3,4555	333,9259	116,3468	830,8220	3,8723	299,8428	79,1508	578,2410	3,7381	284,5877	100,9011	665,8940	3,9907	311,8578	101,0495	694,4130	4,5336
	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
	18,3345	27,1070	621,3860	35,3256	23,6458	40,2258	268,1610	53,5036	17,9698	26,2058	333,5050	28,6532	17,6891	29,7568	278,9820	27,5132	17,3940	34,7805	471,6585	23,0106
Média Semanal	CA(MG) 309,5042		CHO(G) 96,2899		ENERGIA(KCAL) 674,3516		FE(MG) 3,9180		LPD(G) 19,0026		PTN(G) 31,6152		VIT A(MCG) 394,7385		VIT C(MG) 33,6012					

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 (OUTUBRO/2025)

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 PÃO DE AVEIA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE TAPIOCA			
ALMOÇO	FERIADO MUNICIPAL	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA			
LANCHE TARDE		MINGAU DE CHOCOLATE				MUFFIN DE COUVE COM TOMATE				OMELETE COM AVEIA				BOLO MAÇÃ			
JANTAR		POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO				SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES				NHOQUE COM CARNE 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
		415,2368	100,0420	744,5220	5,1554	310,9275	81,1750	613,1540	3,5019	399,3897	83,6185	745,9620	6,7867	315,6374	116,9254	739,3530	4,4713
		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
		22,4708	37,7439	167,1205	29,2832	22,2879	23,4882	193,2020	35,4393	26,6006	47,7908	260,9490	56,6836	16,5198	34,7997	488,6545	33,1626
Média Semanal	CA(MG) 360,2979	CHO(G) 95,4402		ENERGIA(KCAL) 710,7478		FE(MG) 4,9788		LPD(G) 21,9697		PTN(G) 35,9577		VIT A(MCG) 277,5015		VIT C(MG) 38,6422			

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



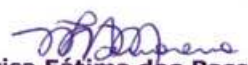
PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPRA
RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

CARDÁPIO CRECHE 1 - 3 ANOS (OUTUBRO/2025)

40			4ª Feira - 01/10/2025				5ª Feira - 02/10/2025				6ª Feira - 03/10/2025			
LANCHE MANHÃ			LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE TAPIOCA			
ALMOÇO			ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO NO MOLHO SALADA DE REPOLHO GOIABA				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO MAMÃO				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA			
LANCHE TARDE			BOLINHO DE CARNE				OMELETE COM AVEIA				BOLO MAÇÃ			
JANTAR			SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES				PURÊ BATATA 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
			370,9381	136,9766	890,9910	7,5779	379,2070	104,9902	775,2840	6,2238	357,6426	139,5977	890,4590	5,7698
			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
			20,1906	41,1195	269,9065	41,8108	23,9824	37,1688	237,4590	71,4750	20,5858	42,1910	947,1050	46,1538
Média Semanal	CA(MG) 369,2625	CHO(G) 127,1882	ENERGIA(KCAL) 852,2447		FE(MG) 6,5239		LPD(G) 21,5863		PTN(G) 40,1598		VIT A(MCG) 484,8235		VIT C(MG) 53,1465	

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 PÃO DE POLVILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PANQUECA DE MAÇÃ			
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA ALFACE MELANCIA				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO BANANA				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA			
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM CARNE				MUFFIN DE COUVE COM TOMATE				OVOS MEXIDOS				QUIBE				LANCHE CARNE			
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	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG
	366,0258	112,5305	836,1980	5,7141	373,7044	139,4223	953,4700	6,7878	386,9190	115,8750	821,2870	8,3570	346,4801	150,5355	943,8810	7,2267	424,4954	131,2439	905,4445	7,2820
	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
	27,1629	36,1158	548,6100	32,0162	27,5444	39,2153	237,2760	51,3981	21,5774	40,7273	911,1760	58,0288	20,5163	43,9583	158,0020	40,5290	21,0409	50,8685	1.033,8578	100,1043
Média Semanal	CA(MG) 379,5249		CHO(G) 130,1214		ENERGIA(KCAL) 892,0561		FE(MG) 7,0755		LPD(G) 23,5684		PTN(G) 42,1770		VIT A(MCG) 577,7844		VIT C(MG) 56,4153					

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 (OUTUBRO/2025)

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 PÃO DE AVEIA				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE TAPIOCA			
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO NO MOLHO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM SELETA SALADA DE ALMEIRÃO ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO MANGA				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE GOIABA				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA			
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE				BOLO BANANA				BOLINHO DE CARNE				OMELETE COM AVEIA				BOLO MAÇÃ			
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO				NHOQUE COM CARNE MOLHO				PURÊ BATATA 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
	444,6569	114,7193	799,5880	6,0275	361,9870	130,5752	890,7680	7,0145	422,0494	122,4321	977,5370	8,7326	369,1952	119,9878	823,0240	6,5012	357,6426	139,5977	890,4590	5,7698
	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
	22,9597	35,5288	419,3095	34,1398	24,3698	40,1095	403,3710	34,9860	29,1147	60,2977	430,9450	39,5410	22,5719	37,2247	226,2720	43,2620	20,5858	42,1910	947,1050	46,1538
Média Semanal	CA(MG) 391,1062		CHO(G) 125,4624		ENERGIA(KCAL) 876,2752		FE(MG) 6,8091		LPD(G) 23,9204		PTN(G) 43,0703		VIT A(MCG) 485,3203		VIT C(MG) 39,6165					

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 PÃO DE POLVILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PANQUECA DE AVEIA			
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO MELÃO				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA ALFACE BANANA				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE CHICÓRIA GOIABA			
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM FRANGO				BOLO COCO				OVOS MEXIDOS				QUIBE				BOLO BANANA			
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
	376,9686	113,9802	837,8620	6,0943	383,0104	149,2123	1.007,9740	6,1734	373,7857	124,5183	855,2670	7,1804	345,8972	153,8546	969,7800	6,9363	364,1544	120,4735	852,6340	5,9965
	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
	25,3835	39,6232	534,5770	36,8892	25,8280	46,8525	288,6670	58,8950	23,4382	37,7687	399,1290	46,2288	22,8009	42,1030	323,0295	42,5815	23,1264	43,8168	981,7500	34,9708
Média Semanal	CA(MG) 368,6032		CHO(G) 132,4078		ENERGIA(KCAL) 904,7034		FE(MG) 6,4762		LPD(G) 24,1154		PTN(G) 41,8328		VIT A(MCG) 505,4305		VIT C(MG) 43,9131					

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 - 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 (OUTUBRO/2025)

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 PÃO DE AVEIA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE TAPIOCA			
ALMOÇO	FERIADO MUNICIPAL			ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA			
LANCHE TARDE				MINGAU DE CHOCOLATE				MUFFIN DE COUVE COM TOMATE				OMELETE COM AVEIA				BOLO MAÇÃ			
JANTAR				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO				SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES				NHOQUE COM CARNE 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
				445,4299	125,6827	902,7690	7,6468	378,9476	137,5947	929,6350	6,9296	481,3336	129,4318	1.047,2350	10,6830	357,6426	139,5977	890,4590	5,7698
				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
				24,3900	44,6918	180,0265	37,2118	26,9712	35,9164	215,7880	52,0309	32,3718	64,5069	345,9580	79,0100	20,5858	42,1910	947,1050	46,1538
Média Semanal	CA(MG) 415,8384		CHO(G) 133,8267		ENERGIA(KCAL) 942,5245		FE(MG) 7,7573		LPD(G) 26,0522		PTN(G) 46,8265		VIT A(MCG) 422,2194		VIT C(MG) 53,6014				



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 PRÉ ESCOLA 4 - 5 ANOS (OUTUBRO/2025)

40									4ª Feira - 01/10/2025				5ª Feira - 02/10/2025				6ª Feira - 03/10/2025			
LANCHE ENTRADA									LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE BANANA			
REFEIÇÃO PADRÃO									ARROZ BRANCO FEIJÃO POLENTA FRANGO NO MOLHO SALADA DE REPOLHO GOIABA				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO MAMÃO				MACARRONADA 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
									106,8395	651,7950	15,2286	24,6259	75,6255	475,7850	10,6691	20,9780	89,9342	488,9560	7,5286	20,1599
Média Semanal	CHO(G) 90,7997				ENERGIA(KCAL) 538,8453				LPD(G) 11,1421				PTN(G) 21,9213							

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 MAÇÃ				LEITE BISCOITO DOCE				LEITE BISCOITO DOCE				LEITE BISCOITO DOCE				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO REFOGADO SALADA DE TOMATE MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE MELANCIA				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO BANANA				LANCHE DE CARNE 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
	76,6119	455,2020	9,8339	18,5752	72,4378	446,8370	10,1415	18,0486	87,6569	472,0100	12,4579	22,5515	81,3005	468,4470	9,9144	16,0880	55,0445	388,7480	7,2382	18,4972
Média Semanal	CHO(G) 70,6503				ENERGIA(KCAL) 442,2488				LPD(G) 9,9572				PTN(G) 18,7521							

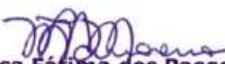
42	2ª Feira - 13/10/2025				3ª Feira - 14/10/2025				4ª Feira - 15/10/2025				5ª Feira - 16/10/2025				6ª Feira - 17/10/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL							
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO POLENTA FRANGO NO MOLHO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				NHOQUE COM CARNE MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO MANGA				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE GOIABA				CELEBRAÇÃO AO DIA DO PROFESSOR			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	101,7284	608,2620	14,5682	22,6345	63,1437	513,3690	17,5438	32,0290	88,4894	419,0178	8,5668	18,2304	91,1039	512,4400	8,3399	19,9505				
Média Semanal	CHO(G) 77,2914				ENERGIA(KCAL) 498,5220				LPD(G) 12,0396				PTN(G) 23,1636							

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



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 PRÉ ESCOLA 4 - 5 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 MAÇÃ				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE GOIABA			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO MELÃO				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE TOMATE ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA DE ALFACE BANANA				MACARRONADA 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
	73,7231	426,5065	7,4377	19,0371	71,8308	480,6050	11,8538	23,3071	80,7135	492,1800	11,3072	19,0227	87,6231	510,5990	10,2744	19,6026	81,8462	455,1580	6,6306	18,4279
Média Semanal	CHO(G) 79,1473				ENERGIA(KCAL) 473,0252				LPD(G) 9,5005				PTN(G) 19,8795							

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 PÃO DE AVEIA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE BANANA			
REFEIÇÃO PADRÃO	FERIADO MUNICIPAL				ARROZ BRANCO FEIJÃO POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO ABACAXI				NHOQUE COM CARNE MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				MACARRONADA 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
					97,9606	629,3110	15,3183	27,5502	69,9094	425,7170	8,7756	18,2874	58,8177	495,3690	16,8564	32,4246	89,9342	488,9560	7,5286	20,1599
Média Semanal	CHO(G) 79,1555				ENERGIA(KCAL) 509,8433				LPD(G) 12,1197				PTN(G) 24,6055							

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 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 PRÉ ESCOLA INTEGRAL 04-05 ANOS (OUTUBRO/2025)

40	4ª Feira - 01/10/2025				5ª Feira - 02/10/2025				6ª Feira - 03/10/2025			
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE MOLHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE BANANA			
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO POLENTA FRANGO NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE REPOLHO				MACARRONADA PICADINHO CARNE NO MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	PÃO COTIADA				PÃO PARNAÍ				PÃO 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)
Média Semanal	183,9782	1.091,5947	19,9680	47,1772								

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 MAÇÃ				LEITE BISCOITO DOCE				LEITE BISCOITO DOCE				LEITE BISCOITO DOCE				LEITE BANANA			
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO REFEGADO SALADA DE TOMATE				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPIRO				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				MACARRONADA PICADINHO CARNE NO MOLHO SALADA DE AÇELGA			
LANCHE TARDE	PÃO MAÇÃ				PÃO ABACAXI				PÃO MELANCIA				PÃO BANANA				LANCHE DE CARNE SUICO DE LIMA			
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)
Média Semanal	179,7652	1.128,3036	22,0787	52,3797																

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 MAÇÃ				LEITE PÃO DE CENOURA				FITTE PÃO DE MOLHO				LEITE PÃO INTEGRAL							
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO POLENTA FRANGO NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ BRANCO FRIOQUE COM CARNE MOLHO SALADA DE ALMETRÃO				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPIRO				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				COMEMORAÇÃO AO DIA DO PROFESSOR			
LANCHE TARDE	PÃO MAÇÃ				PÃO ABACAXI				PÃO MANGA				PÃO COTIADA							
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)				
Média Semanal	174,1636	1.062,6723	22,3654	41,2712																

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 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-84 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000
 Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

CARDÁPIO PRÉ ESCOLA INTEGRAL 04-05 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 MAÇÃ				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE GOIABA			
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE MOÍDA REPODADA SALADA DE REPOLHO				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM FIMENTÃO SALADA DE PEPIÑO				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COZIDA JUNHO SALADA DE TOMATE				ARROZ BRANCO FEIJÃO PEIXE COM BATATA, FEMENTÃO E CENOURA SALADA DE ALFACE				MACARRONADA PICADINHO CARNE NO MOLHO SALADA DE CHICÓRIA			
LANCHE TARDE	PÃO MAÇÃ				PÃO MILHO				PÃO ABACAXI				PÃO BANANA				PÃO 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
	16,1548	273,233	13,2071	45,443	12,6455	691,379	75,279	42,423	167,643	85,720	17,311	59,663	16,4229	1.045,1873	19,003	23,499	76,409	1.267,379	13,760	53,732
Média Semanal	CHO(G) 174,4474				ENERGIA(KCAL) 1.021,6872				LPD(G) 18,0953				PTN(G) 43,3694							

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 MAÇÃ				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE BANANA			
ALMOÇO	FÉRIAS MUNICIPAIS				ARROZ BRANCO FEIJÃO POLLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL ACIDULADO SALADA DE PEPIÑO				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE ALFACE				MACARRONADA PICADINHO CARNE NO MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE					PÃO MAÇÃ				PÃO ABACAXI				PÃO MILHO				PÃO 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
	162,0546	1.131,1440	24,4121	36,184	150,3632	1.031,3232	24,4976	36,6419	146,1743	1.044,3026	26,3543	39,532	111,0038	1.661,896	26,667	53,2713				
Média Semanal	CHO(G) 172,9738				ENERGIA(KCAL) 1.046,8955				LPD(G) 19,2187				PTN(G) 48,4166							

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



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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL 6 - 10 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 CARIOCA 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
			109,6506	619,7320	14,8130	16,7569	93,7434	607,7820	13,2917	30,3336	89,4432	592,0100	13,2386	31,1859
Média Semanal	CHO(G) 97,6117		ENERGIA(KCAL) 606,5080			LPD(G) 13,7811				PTN(G) 26,0921				

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 CARIOCA PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI				ARROZ CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE ALFACE MELANCIA				ARROZ FEIJÃO CARIOCA 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
	66,7718	541,7920	19,4328	25,6639	94,9842	620,4520	14,5861	29,1441	71,5538	474,0900	11,2798	21,7726	104,4744	639,4620	15,4290	24,5233	88,1683	658,8720	23,6094	20,1089
Média Semanal	CHO(G) 85,1985				ENERGIA(KCAL) 586,7736				LPD(G) 16,8666				PTN(G) 24,2425							

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 COM MARGARINA				PÃO							
REFEIÇÃO PADRÃO	POLENTA COM FRANGO MOLHO SALADA DE REPOLHO				NHOQUE COM CARNE MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO ABACAXI				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO MANGA				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE GOIABA				CELEBRAÇÃO AO DIA DO PROFESSOR			
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				
	80,7516	538,3720	16,2640	20,3659	71,4078	582,3340	17,8511	41,2263	80,3460	561,9320	15,5911	26,7752	126,9312	697,3320	7,0461	33,3781				
Média Semanal	CHO(G) 89,8597				ENERGIA(KCAL) 594,9925				LPD(G) 14,1956				PTN(G) 30,4364							

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 - CEMPRA
RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL 6 - 10 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 CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA 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
	73,7834	557,1020	19,2685	22,6131	73,0226	480,8920	30,3563	26,5938	82,9992	559,5720	15,4241	23,4961	87,2255	486,9830	9,7855	15,2716	100,2012	626,0220	12,0256	30,3099
Média Semanal	CHO(G) 83,2464				ENERGIA(KCAL) 542,1142				LPD(G) 13,3720				PTN(G) 23,6569							

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 CARIOCA 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
					79,5566	530,3540	14,5310	24,5972	82,5480	571,9320	15,0591	26,8592	67,3078	565,3340	17,5511	41,3363	82,0028	622,6640	23,2081	23,9148
Média Semanal	CHO(G) 78,0788				ENERGIA(KCAL) 574,5710				LPD(G) 17,7873				PTN(G) 29,1769							

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 (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
			232,7598	1.391,5000	30,9746	51,1527	152,3914	1.114,7100	35,1550	49,0893	177,9430	1.182,3140	29,8873	58,3799
Média Semanal	CHO(G) 187,6981		ENERGIA(KCAL) 1.229,5080			LPD(G) 31,7723				PTN(G) 52,2070				

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 AÇELGA LARANJA			
LANCHE TARDE	DANETE				LANCHE DE FRANGO ABACAXI				VITAMINADO 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
	191,9354	1.198,7880	27,6917	47,8889	190,7810	1.249,7700	27,4763	62,4514	188,6538	1.287,8740	30,9284	66,6445	187,2266	1.237,7400	29,3987	50,0888	209,0955	1.446,3600	37,4123	71,0739
Média Semanal	CHO(G) 195,5243				ENERGIA(KCAL) 1.284,1088				LPD(G) 30,5799				PTN(G) 59,6295							

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				LEITE PÃO COM MANTEIGA							
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA FRANGO NO MOLHO SALADA DE REPOLHO				ARROZ NHOQUE COM CARNE MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL ACEBOLADO SALADA DE PEPINO MANGA				ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				COMEMORAÇÃO AO DIA DO PROFESSOR			
LANCHE TARDE	CANJICA				LANCHE DE CARNE ABACAXI				VITAMINADO BANANA E MAMÃO				PÃO MACIO COM REQUEIJÃO 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				
	282,8398	1.245,8850	29,2466	46,8187	185,7956	1.422,7640	43,3825	76,8099	176,7660	1.137,6000	27,5752	54,7971	178,8812	1.225,1408	37,0419	47,1983				
Média Semanal	CHO(G) 184,7703				ENERGIA(KCAL) 1.257,8228				LPD(G) 34,8366				PTN(G) 56,0040							

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 Fatima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL 6 - 10 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 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
	162,7266	1.145,5640	36,3215	43,8244	163,3318	1.170,7100	31,9633	39,8867	181,6987	1.109,1780	25,4546	42,6026	188,9699	1.248,6830	36,8736	46,3370	181,8070	1.195,3140	28,4313	35,2150
Média Semanal	CHO(G) 175,7108				ENERGIA(KCAL) 1.173,8842				LPD(G) 31,6529				PTN(G) 49,3735							

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
					241,6988	1.485,2520	31,9036	39,8767	177,6936	1.164,1000	28,0332	34,9511	159,4178	1.281,0926	46,5821	66,0648	141,5418	1.652,6980	40,3271	35,7973
Média Semanal	CHO(G) 179,6880				ENERGIA(KCAL) 1.247,5805				LPD(G) 36,6865				PTN(G) 54,1715							

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