



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

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

27	3ª Feira - 01/07/2025	4ª Feira - 02/07/2025	5ª Feira - 03/07/2025	6ª Feira - 04/07/2025
LANCHE ENTRADA	PÃO	PÃO COM MARGARINA		
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE PEPINO	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	107,9908	720,5120	16,9003	35,5286
		113,8048	713,1500	15,7381
			34,4478	
Média Semanal	CHO(G) 110,8978	ENERGIA(KCAL) 716,8310	LPD(G) 16,3192	PTN(G) 34,9882

28	2ª Feira - 07/07/2025	3ª Feira - 08/07/2025	4ª Feira - 09/07/2025	5ª Feira - 10/07/2025	6ª Feira - 11/07/2025
LANCHE ENTRADA					
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR FERIADO ESTADUAL	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Composição Nutricional					
Média Semanal					

29	2ª Feira - 14/07/2025	3ª Feira - 15/07/2025	4ª Feira - 16/07/2025	5ª Feira - 17/07/2025	6ª Feira - 18/07/2025
LANCHE ENTRADA					
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	REPLANEJAMENTO
Composição Nutricional					
Média Semanal					

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

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

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

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

30	2ª Feira - 21/07/2025	3ª Feira - 22/07/2025	4ª Feira - 23/07/2025				5ª Feira - 24/07/2025				6ª Feira - 25/07/2025			
LANCHE ENTRADA			PÃO COM MARGARINA ABACAXI				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	REPLANEJAMENTO	REPLANEJAMENTO	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE ALMEIRÃO LARANJA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
Composição Nutricional			CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
			110,2270	666,8080	12,5080	36,1252	128,4274	825,2440	17,4647	41,6026	119,6768	837,3150	19,7841	47,3113
Média Semanal	CHO(G) 119,4437		ENERGIA(KCAL) 783,7890				LPD(G) 16,5856				PTN(G) 41,6798			

31	2ª Feira - 28/07/2025				3ª Feira - 29/07/2025				4ª Feira - 30/07/2025				5ª Feira - 31/07/2025					
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO					
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM CENOURA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE TOMATE 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		
	104,1444	719,1900	15,1465	41,8001	110,4224	754,8120	17,4467	39,9558	113,8048	713,1500	15,7381	34,4478	130,1214	802,1440	14,8305	40,3198		
Média Semanal	CHO(G) 114,6233				ENERGIA(KCAL) 747,3240				LPD(G) 15,7905				PTN(G) 39,1309					

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

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

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

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

27		3ª Feira - 01/07/2025	4ª Feira - 02/07/2025	5ª Feira - 03/07/2025	6ª Feira - 04/07/2025
LANCHE MANHÃ		LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO		
ALMOÇO		ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
LANCHE TARDE		LANCHE DE CARNE ABACAXI	VITAMINADO BANANA		
Composição Nutricional		CHO G 248,5736	ENERGIA KCAL 1.750,2520	LPO G 52,1247	PTN G 79,3282
		CHO G 256,8128	ENERGIA KCAL 1.618,1810	LPO G 37,8141	PTN G 69,3509
Média Semanal		CHO(G) 252,5932	ENERGIA(KCAL) 1.688,2165	LPD(G) 44,9694	PTN(G) 74,3436

28	2ª Feira - 07/07/2025	3ª Feira - 08/07/2025	4ª Feira - 09/07/2025	5ª Feira - 10/07/2025	6ª Feira - 11/07/2025
LANCHE MANHÃ					
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR FERIADO ESTADUAL	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
LANCHE TARDE					
Composição Nutricional					
Média Semanal					

29	2ª Feira - 14/07/2025	3ª Feira - 15/07/2025	4ª Feira - 16/07/2025	5ª Feira - 17/07/2025	6ª Feira - 18/07/2025
LANCHE MANHÃ					
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	REPLANEJAMENTO
LANCHE TARDE					
Composição Nutricional					
Média Semanal					

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

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

30	2ª Feira - 21/07/2025				3ª Feira - 22/07/2025				4ª Feira - 23/07/2025				5ª Feira - 24/07/2025				6ª Feira - 25/07/2025			
LANCHE MANHÃ									LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	REPLANEJAMENTO				REPLANEJAMENTO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM ABOBRINHA SALADA DE PEPINO ABACAXI				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM BATATA SALADA DE ALMEIRÃO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE									VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO COM REQUEIJÃO LARANJA				PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA			
Composição Nutricional									CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
									259,2024	1.691,0660	35,0087	81,4743	240,1438	1.769,0020	61,1041	70,8637	275,6192	1.747,8720	38,3064	82,5731
Média Semanal	CHO(G) 258,3218				ENERGIA(KCAL) 1.736,1800				LPD(G) 46,1397				PTN(G) 78,2370							

31	2ª Feira - 28/07/2025				3ª Feira - 29/07/2025				4ª Feira - 30/07/2025				5ª Feira - 31/07/2025							
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA							
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM CENOURA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE TOMATE							
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA				LANCHE DE CARNE ABACAXI				VITAMINADO BANANA				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				
	240,9188	1.688,0220	50,3481	72,7077	246,2978	1.731,8220	48,8776	82,2149	256,6128	1.818,1810	37,8141	69,3589	208,2128	1.828,3720	64,5211	60,2833				
Média Semanal	CHO(G) 238,0106				ENERGIA(KCAL) 1.666,5993				LPD(G) 50,3902				PTN(G) 71,1362							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fatima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

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

27	3ª Feira - 01/07/2025	4ª Feira - 02/07/2025	5ª Feira - 03/07/2025	6ª Feira - 04/07/2025
LANCHE ENTRADA	PÃO	PÃO COM MARGARINA		
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE PEPINO	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Composição Nutricional	CHO G 129,3272	ENERGIA KCAL 840,7220	LPD G 18,5081	PTN G 47,1103
Média Semanal	CHO(G) 127,3585	ENERGIA(KCAL) 835,6320	LPD(G) 18,3638	PTN(G) 44,4131

28	2ª Feira - 07/07/2025	3ª Feira - 08/07/2025	4ª Feira - 09/07/2025	5ª Feira - 10/07/2025	6ª Feira - 11/07/2025
LANCHE ENTRADA					
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR FERIADO ESTADUAL	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Composição Nutricional					
Média Semanal					

29	2ª Feira - 14/07/2025	3ª Feira - 15/07/2025	4ª Feira - 16/07/2025	5ª Feira - 17/07/2025	6ª Feira - 18/07/2025
LANCHE ENTRADA					
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	REPLANEJAMENTO
Composição Nutricional					
Média Semanal					

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

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

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

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

30	2ª Feira - 21/07/2025				3ª Feira - 22/07/2025				4ª Feira - 23/07/2025				5ª Feira - 24/07/2025				6ª Feira - 25/07/2025			
LANCHE ENTRADA									PÃO COM MARGARINA ABACAXI				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	REPLANEJAMENTO				REPLANEJAMENTO				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE ALMEIRÃO LARANJA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
Composição Nutricional									CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
									138,2230	866,4840	15,4795	47,1242	137,6496	860,8120	16,8060	43,5714	129,3988	886,9620	20,2731	49,2393
Média Semanal	CHO(G) 135,0905				ENERGIA(KCAL) 871,4193				LPD(G) 17,5195				PTN(G) 46,6450							

31	2ª Feira - 28/07/2025				3ª Feira - 29/07/2025				4ª Feira - 30/07/2025				5ª Feira - 31/07/2025							
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO							
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM CENOURA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE TOMATE 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				
	125,2008	837,1900	16,9561	46,6023	112,8856	760,8120	16,4640	41,0794	125,3898	830,5420	18,5081	47,1103	138,0978	833,5600	12,7231	44,9133				
Média Semanal	CHO(G) 125,3935				ENERGIA(KCAL) 815,5260				LPD(G) 16,1628				PTN(G) 44,9263							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

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

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES

Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

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

27		3ª Feira - 01/07/2025	4ª Feira - 02/07/2025	5ª Feira - 03/07/2025	6ª Feira - 04/07/2025
LANCHE MANHÃ		LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO		
ALMOÇO		ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
LANCHE TARDE		LANCHE DE CARNE ABACAXI	VITAMINADO BANANA		
Composição Nutricional		CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
		288,0132	2.120,5790	87,6179	95,8832
				316,2418	1.927,0120
				39,6441	83,2849
Média Semanal		CHO(G) 302,1275	ENERGIA(KCAL) 2.023,7950	LPD(G) 53,6310	PTN(G) 89,5831

28	2ª Feira - 07/07/2025	3ª Feira - 08/07/2025	4ª Feira - 09/07/2025	5ª Feira - 10/07/2025	6ª Feira - 11/07/2025
LANCHE MANHÃ					
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR FERIADO ESTADUAL	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
LANCHE TARDE					
Composição Nutricional					
Média Semanal					

29	2ª Feira - 14/07/2025	3ª Feira - 15/07/2025	4ª Feira - 16/07/2025	5ª Feira - 17/07/2025	6ª Feira - 18/07/2025
LANCHE MANHÃ					
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	REPLANEJAMENTO
LANCHE TARDE					
Composição Nutricional					
Média Semanal					

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

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

30	2ª Feira - 21/07/2025	3ª Feira - 22/07/2025	4ª Feira - 23/07/2025				5ª Feira - 24/07/2025				6ª Feira - 25/07/2025			
LANCHE MANHÃ			LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				LEITE PÃO			
ALMOÇO	REPLANEJAMENTO	REPLANEJAMENTO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM ABOBRINHA SALADA DE PEPINO ABACAXI				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM BATATA SALADA DE ALMEIRÃO				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE			VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO COM REQUEIJÃO LARANJA				PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA			
Composição Nutricional			CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
			327,6582	2.902,1020	40,0884	90,7865	283,8298	2.126,4900	89,0021	87,9997	310,1732	2.102,2360	57,6544	93,6996
Média Semanal	CHO(G) 310,5537		ENERGIA(KCAL) 2.076,9427				LPD(G) 55,5816				PTN(G) 90,8286			

31	2ª Feira - 28/07/2025				3ª Feira - 29/07/2025				4ª Feira - 30/07/2025				5ª Feira - 31/07/2025				
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ				LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA				LEITE PÃO				LEITE PÃO COM MANTEIGA				
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM CENOURA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE TOMATE				
LANCHE TARDE	PÃO COM MANTEIGA				LANCHE DE CARNE ABACAXI				VITAMINADO BANANA				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	
	277,6028	1.841,9300	48,9051	77,8387	276,7168	2.058,4880	64,2726	98,1874	316,2418	1.927,0120	39,6441	83,2849	243,5398	1.931,7380	77,8131	69,8318	
Média Semanal	CHO(G) 278,5753				ENERGIA(KCAL) 1.939,5670				LPD(G) 57,6587				PTN(G) 82,2857				

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fatima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

CARDÁPIO EJA (JULHO/2025)

27		3ª Feira - 01/07/2025	4ª Feira - 02/07/2025	5ª Feira - 03/07/2025	6ª Feira - 04/07/2025
LANCHE ENTRADA		PÃO	PÃO COM MARGARINA		
REFEIÇÃO PADRÃO		ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE PEPINO	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Composição Nutricional		CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
		120,7432	738,2040	9,3014	43,4936
				106,6758	733,1940
				17,5691	39,6835
Média Semanal	CHO(G) 114,7095	ENERGIA(KCAL) 735,6990	LPD(G) 13,4353	PTN(G) 41,5887	

28	2ª Feira - 07/07/2025	3ª Feira - 08/07/2025	4ª Feira - 09/07/2025	5ª Feira - 10/07/2025	6ª Feira - 11/07/2025
LANCHE ENTRADA					
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	FERIADO ESTADUAL RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Composição Nutricional					
Média Semanal					

29	2ª Feira - 14/07/2025	3ª Feira - 15/07/2025	4ª Feira - 16/07/2025	5ª Feira - 17/07/2025	6ª Feira - 18/07/2025
LANCHE ENTRADA					
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	REPLANEJAMENTO
Composição Nutricional					
Média Semanal					

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

CARDÁPIO EJA (JULHO/2025)

30	2ª Feira - 21/07/2025				3ª Feira - 22/07/2025				4ª Feira - 23/07/2025				5ª Feira - 24/07/2025				6ª Feira - 25/07/2025			
LANCHE ENTRADA									PÃO COM MARGARINA ABACAXI				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	REPLANEJAMENTO				REPLANEJAMENTO				SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE ALMEIRÃO LARANJA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
Composição Nutricional									CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
									137,5100	841,2980	14,0920	43,3667	130,2900	811,9140	15,0928	42,0344	123,2532	851,9180	19,8294	47,9901
Média Semanal	CHO(G) 130,3511				ENERGIA(KCAL) 835,0433				LPD(G) 16,3381				PTN(G) 44,4637							

31	2ª Feira - 28/07/2025				3ª Feira - 29/07/2025				4ª Feira - 30/07/2025				5ª Feira - 31/07/2025							
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO							
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM CENOURA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE TOMATE 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				
	110,7308	747,4220	14,8811	43,0583	112,2850	739,7140	14,8748	40,3874	108,6758	733,1940	17,5691	39,6835	120,8488	757,3320	13,2121	41,6353				
Média Semanal	CHO(G) 113,1351				ENERGIA(KCAL) 744,4155				LPD(G) 15,1343				PTN(G) 41,1911							

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

27	3ª Feira - 01/07/2025				4ª Feira - 02/07/2025				5ª Feira - 03/07/2025				6ª Feira - 04/07/2025			
LANCHE ENTRADA	PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				LEITE			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE PEPINO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE TOMATE LARANJA				MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	139,4198	909,6000	19,7031	46,6060	124,7798	834,7420	18,7581	47,4233	137,7890	858,7000	15,8489	45,5676	128,5070	893,5040	21,4383	48,8035
Média Semanal	CHO(G) 132,6239				ENERGIA(KCAL) 874,1365				LPD(G) 18,9396				PTN(G) 47,1001			

28	2ª Feira - 07/07/2025				3ª Feira - 08/07/2025				4ª Feira - 09/07/2025				5ª Feira - 10/07/2025				6ª Feira - 11/07/2025			
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE																			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				RECESSO ESCOLAR				FERIADO ESTADUAL RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G																
	85,8788	676,3900	22,8931	32,1023																
Média Semanal	CHO(G) 85,8788				ENERGIA(KCAL) 676,3900				LPD(G) 22,8931				PTN(G) 32,1023							

29	2ª Feira - 14/07/2025				3ª Feira - 15/07/2025				4ª Feira - 16/07/2025				5ª Feira - 17/07/2025				6ª Feira - 18/07/2025			
LANCHE ENTRADA																				
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR				RECESSO ESCOLAR			
Composição Nutricional																				
Média Semanal																				

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361



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

CARDÁPIO ETEC (JULHO/2025)

30	2ª Feira - 21/07/2025	3ª Feira - 22/07/2025	4ª Feira - 23/07/2025	5ª Feira - 24/07/2025	6ª Feira - 25/07/2025
LANCHE ENTRADA					
REFEIÇÃO PADRÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Composição Nutricional					
Média Semanal					

31	2ª Feira - 28/07/2025				3ª Feira - 29/07/2025				4ª Feira - 30/07/2025				5ª Feira - 31/07/2025				
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE				PÃO				PÃO COM MARGARINA				PÃO				
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO COM CENOURA SALADA DE REPOLHO				ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA DE PEPINO				POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ ENSOPADO DE FEIJÃO SALADA DE TOMATE 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	
	116,5108	805,6300	17,6831	45,5203	147,6812	973,2500	19,5459	54,3348	124,7798	834,7420	18,7681	47,4233	146,4928	940,6780	16,9391	54,6313	
Média Semanal	CHO(G) 133,8662				ENERGIA(KCAL) 888,5750				LPD(G) 18,2341				PTN(G) 50,4774				

SUGESTÃO DE HORÁRIOS:

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

CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES


Marisa Fátima dos Passos Moreno
Nutricionista
CRN-3 nº4361