



MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA

Diretoria Municipal de Educação | Alimentação Escolar | Cozinha Piloto 3671-2488

E-mail: merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

NOVEMBRO / 2024

CARDÁPIO 10/2024 ALIMENTAÇÃO ESCOLAR		ETAPA DE ENSINO FUNDAMENTAL I ZONA URBANA		FAIXA ETÁRIA: 6 A 10 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEF CORONEL DOMINGUES DE CASTRO													
Horário Tipo de Refeição		2º SEGUNDA-FEIRA 04/11	3º TERÇA-FEIRA 05/11	4º QUARTA-FEIRA 06/11	5º QUINTA-FEIRA 07/11	6º SEXTA-FEIRA 08/11													
<p>Manhã 6:45 Café 9:00 Refeição Principal</p> <p>Tarde 15:00 Refeição Principal</p> <p>Informação Nutricional</p> <table border="1"> <tr> <td>Energia (kcal)</td> <td>332,96</td> </tr> <tr> <td>Carboidrato (g)</td> <td>40,13</td> </tr> <tr> <td>Proteínas (g)</td> <td>15,56</td> </tr> <tr> <td>Lipídios (g)</td> <td>12,25</td> </tr> <tr> <td>Média</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Categoria Fundamental</td> <td>6 - 10 anos</td> </tr> </table>		Energia (kcal)	332,96	Carboidrato (g)	40,13	Proteínas (g)	15,56	Lipídios (g)	12,25	Média		Categoria Fundamental	6 - 10 anos	CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA (1)	VITAMINA (LEITE COM FRUTA E AVEIA)	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE (2) C/ MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (3) C/ MARGARINA	BEBIDA LACTEA SABOR MORANGO COM AVEIA	
		Energia (kcal)	332,96																
		Carboidrato (g)	40,13																
		Proteínas (g)	15,56																
		Lipídios (g)	12,25																
		Média																	
		Categoria Fundamental	6 - 10 anos																
		ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM ESPINAFRE SALADA: ACELGA FRUTA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM MILHO SALADA: ALFACE	ARROZ FEIJÃO COXINHA DAS ASAS COM ABOBRINHA SALADA: COUVE	ARROZ INTEGRAL ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA: ACELGA	ARROZ FEIJÃO CAÇÃO ASSADO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA													
		11/11	12/11	13/11	14/11	15/11													
		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE (1)	VITAMINA (LEITE COM FRUTA E AVEIA)	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (2) C/ MANTEIGA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE (3) C/ MANTEIGA														
MACARRÃO PENNE A BOLONHESA (CARNE MOIDA COM POLPA DE TOMATE) SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA	RISOTO DE FRANGO: ARROZ, FRANGO DESFIADO COM POLPA DE TOMATE, MILHO, ERVILHA E CENOURA SALADA: COUVE SUCO	FERIADO															
18/11	19/11	20/11	21/11			22/11													
CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA (1)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO OU AVEIA		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (2) C/ MANTEIGA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE (3) C/ MARGARINA															
ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO COM ORA PRO NOBIS SALADA: ACELGA FRUTA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO COXINHA DAS ASAS COM CENOURA SALADA: "TABULE" (TRIGO PRA QUIBE COM TOMATE, CEBOLA E PEPINO)	FERIADO		ARROZ FEIJOADA: FEIJÃO PRETO COM PERNIL SALADA: COUVE	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARNE ISCAS COM CENOURA SALADA: TOMATE FRUTA														
25/11	26/11	27/11	28/11	29/11															
LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE (1)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO OU AVEIA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE (2) C/ MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (3) C/ MANTEIGA	VITAMINA (LEITE COM FRUTA E AVEIA)															
ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: BETERRABA	ARROZ FEIJÃO CAÇÃO ASSADO COM BATATA SALADA: ALFACE E TOMATE FRUTA	MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA (CARNE MOIDA COM POLPA DE TOMATE) SALADA: ACELGA	ARROZ FEIJÃO OVO COZIDO SALADA: CENOURA RALADA	ULTIMA SEXTA DO MÊS LANCHE: PÃO FRANCES COM SALSICHA COM POLPA DE TOMATE COM CENOURA E BETERRABA SUCO FRUTA															

OBS: Usar copo descartável somente em situação de emergência como falta de água e outros.

Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 17/10/2024. **ATUALIZADO EM 01/11/2024.** Natália Irina - Nutricionista CRN 3 22325.

Legumes, verduras e frutas podem ser substituídos por outras de acordo com a safra/produção/entrega.

Assinado por 1 pessoa: NATÁLIA IRINA DOS SANTOS SILVA
Documento assinado digitalmente/electronicamente. Confira as assinaturas no link: <https://saoluizdoparaitinga.flowdocs.com.br:2096/public/assinaturas/B664>





PREFEITURA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA

PRAÇA DR. OSWALDO CRUZ, 03

CEP: 12140-000

CNPJ: 46.631.248/0001-51



CÓDIGO DE ACESSO

B6640EF040A84516B5AEFDD27B271F48

VERIFICAÇÃO DAS ASSINATURAS

Este documento foi assinado digitalmente/eletronicamente pelos seguintes signatários nas datas indicadas

Para verificar a validade das assinaturas acesse o link abaixo

<https://saoluizdoparaitinga.flowdocs.com.br:2096/public/assinaturas/B6640EF040A84516B5AEFDD27B271F48>