

**MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA**

Praça Dr. Oswaldo Cruz, 03, Centro, CNPJ 46.631.248/0001-51

Tel/Fax: |12| 3671-7000 / Cozinha Piloto 3671-2488 | Email:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

**MARÇO | 2023**

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR		ETAPA DE ENSINO PRÉ ESCOLA ZONA URBANA		FAIXA ETÁRIA: 3 A 5 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEI JOÃO BATISTA CARDOSO	
Horário		2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA	
Tipo de Refeição		27/02	28/02	01/03	02/03	03/03	
Manhã		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	
7:15 às 7:30 Café							
10:20 às 10:50							
Refeição Principal		ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ FEIJOADA ESCOLAR (FEIJÃO PRETO COM CARNE ISCAS E CENOURA) SALADA: COUVE	ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM BETERRABA E TOMATE SALADA: ESCAROLA FRUTA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM CENOURA SALADA: ALFACE SUÇO	
Tarde							
13:20 às 13:50							
Refeição Principal							
15:25 às 15:40 Café							
		06/03	07/03	08/03	09/03	10/03	
		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO AGUA E SAL	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO	LEITE FLOCOS DE MILHO	
		ARROZ FEIJÃO ALMONDEGA COM TOMATE SALADA: ACELGA	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE ISCAS SALADA:TOMATE	MACARRÃO PENNE FRANGO CENOURA COZIDA SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOIDA SALADA: ALFACE	RISOTO DE FRANGO (ARROZ COM FRANGO COM TOMATE, CENOURA E MOLHO DE TOAMTE) SALADA: COUVE FRUTA	
		13/03	14/03	15/03	16/03	17/03	
		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	BEBIDA LACTEA COM AVEIA	
		ARROZ FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA:REPOLHO FRUTA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO QUIBE DE FORNO (CARNE MOÍDA E TRIGO PARA QUIBE) SALADA: ALFACE	ARROZ FEIJÃO CUSCUZ COM MILHO, ERVILHA, TOMATE, CENOURA E OVO COZIDO SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: TOMATE	ARROZ LENTILHA FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: ALFACE	
		20/03	21/03	22/03	23/03	24/03	
		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	
		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA:ACELGA	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO COM TOMATE SALADA: ALFACE	MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA (CARNE MOIDA COM MOLHO DE TOMATE) SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: ALFACE	RISOTO DE CARNE ISCAS COM TOMATE E CENOURA SALADA: COUVE FRUTA	

Informação Nutricional

Categoria / Média	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola 4-5 anos	266,36	32,1	12,44	9,8

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 14/02/2023. Atualizado em 23/02/2023.**

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



## MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA

Praça Dr. Oswaldo Cruz, 03, Centro, CNPJ 46.631.248/0001-51

Tel/Fax: |12| 3671-7000 / Cozinha Piloto 3671-2488 | Email:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

MARÇO | 2023

	27/03	28/03	29/03	30/03	31/03
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO AGUA E SAL	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA
	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO Lombo ACEBOLADO SALADA:TOMATE	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO (OVOS COM CENOURA, TOMATE) SALADA: COUVE	ÚLTIMA SEXTA DO MÊS LANCHE PÃO COM CARNE ISCAS SUCO FRUTA

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 14/02/2023. Atualizado em 23/02/2023.**

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

**MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA**

Praça Dr. Oswaldo Cruz, 03, Centro, CNPJ 46.631.248/0001-51

Tel/Fax: |12| 3671-7000 / Cozinha Piloto 3671-2488 | Email:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

**MARÇO | 2023**

CARDÁPIO 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		3º TERÇA-FEIRA		4º QUARTA-FEIRA		5º QUINTA-FEIRA		6º SEXTA-FEIRA	
		27/02		28/02		01/03		02/03		03/03	
Manhã 6:45 Café 8:45 9:00 9:35 Refeição Principal Tarde 14:30 14:45 15:20 Refeição Principal		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA		LEITE FLOCOS DE MILHO		LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MARGARINA		VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	
		ARROZ INTEGRAL FEIJÃO COXINHA DAS ASAS SALADA: REPOLHO		ARROZ FEIJÃO CAÇADA COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA		ARROZ FEIJOADA ESCOLAR (FEIJÃO PRETO COM CARNE ISCAS E CENOURA) SALADA: COUVE		ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM BETERRABA E TOMATE SALADA: ESCAROLA FRUTA		ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM CENOURA SALADA: ALFACE SUÇO	
		06/03		07/03		08/03		09/03		10/03	
		CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL		LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA		VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA		CAFÉ COM LEITE PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO		LEITE FLOCOS DE MILHO	
		ARROZ FEIJÃO ALMONDEGA COM TOMATE SALADA: ACELGA		ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE ISCAS SALADA:TOMATE		MACARRÃO PENNE FRANGO CENOURA COZIDA SALADA: COUVE FRUTA		ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOIDA SALADA: ALFACE		RISOTO DE FRANGO (ARROZ COM FRANGO COM TOMATE, CENOURA E MOLHO DE TOAMTE) SALADA: COUVE FRUTA	
		13/03		14/03		15/03		16/03		17/03	
		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA		LEITE FLOCOS DE MILHO		LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA		BEBIDA LACTEA COM AVEIA	
		ARROZ FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA:REPOLHO FRUTA		ARROZ INTEGRAL FEIJÃO QUIBE DE FORNO (CARNE MOÍDA E TRIGO PARA QUIBE) SALADA: ALFACE		ARROZ FEIJÃO CUSCUZ COM MILHO, ERVILHA, TOMATE, CENOURA E OVO COZIDO SALADA: COUVE FRUTA		ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: TOMATE		ARROZ LENTILHA COXINHA DA ASAS COM CENOURA SALADA: ALFACE	
		20/03		21/03		22/03		23/03		24/03	
		CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA		LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA		VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA		LEITE FLOCOS DE MILHO	
		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA:ACELGA		ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO COM TOMATE SALADA: ALFACE		MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA (CARNE MOIDA COM MOLHO DE TOMATE) SALADA: COUVE FRUTA		ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: ALFACE		RISOTO DE CARNE ISCAS COM TOMATE E CENOURA SALADA: COUVE FRUTA	

Informação Nutricional

Lipídios (g)	12,25
Proteínas (g)	15,56
Carboidrato (g)	40,13
Energia (kcal)	332,96
Média	
Categoria Fundamental	6 - 10 anos

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 14/02/2023. Atualizado em 23/02/2023.**

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



## MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA

Praça Dr. Oswaldo Cruz, 03, Centro, CNPJ 46.631.248/0001-51

Tel/Fax: |12| 3671-7000 / Cozinha Piloto 3671-2488 | Email:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

MARÇO | 2023

	27/03	28/03	29/03	30/03	31/03
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO AGUA E SAL	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM REQUEIJÃO	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA
	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO Lombo ACEBOLADO SALADA:TOMATE	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO (OVOS COM CENOURA, TOMATE) SALADA: COUVE	ÚLTIMA SEXTA DO MÊS LANCHE PÃO COM CARNE ISCAS SUCO FRUTA

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 14/02/2023. Atualizado em 23/02/2023.**

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



**MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA**

Praça Dr. Oswaldo Cruz, 03, Centro, CNPJ 46.631.248/0001-51

Tel/Fax: |12| 3671-7000 / Cozinha Piloto 3671-2488 | Email:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

**MARÇO | 2023**

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR		ETAPA DE ENSINO FUNDAMENTAL II ZONA URBANA		FAIXA ETÁRIA: 11 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEF PROFESSOR WALDEMAR RODRIGUES					
Horário	Tipo de Refeição	2º SEGUNDA-FEIRA		3º TERÇA-FEIRA		4º QUARTA-FEIRA		5º QUINTA-FEIRA		6º SEXTA-FEIRA	
		27/02		28/02		01/03		02/03		03/03	
Manhã 7:00 Café 9:30 Refeição Principal Tarde 15:30 Refeição Principal <b>Informação Nutricional</b>	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA		LEITE FLOCOS DE MILHO		LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MARGARINA		VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA			
	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO COXINHA DAS ASAS SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA		ARROZ FEIJOADA ESCOLAR (FEIJÃO PRETO COM CARNE ISCAS E CENOURA) SALADA: COUVE		ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM BETERRABA E TOMATE SALADA: ESCAROLA FRUTA		ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM CENOURA SALADA: ALFACE SUÇO			
	CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA		VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA		CAFÉ COM LEITE PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO		LEITE FLOCOS DE MILHO			
	ARROZ FEIJÃO ALMONDEGA COM TOMATE SALADA: ACELGA	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE ISCAS SALADA:TOMATE		MACARRÃO PENNE FRANGO CENOURA COZIDA SALADA: COUVE FRUTA		ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOIDA SALADA: ALFACE		RISOTO DE FRANGO (ARROZ COM FRANGO COM TOMATE, CENOURA E MOLHO DE TOAMTE) SALADA: COUVE FRUTA			
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA		LEITE FLOCOS DE MILHO		LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA		BEBIDA LACTEA COM AVEIA			
	ARROZ FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA:REPOLHO FRUTA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO QUIBE DE FORNO (CARNE MOÍDA E TRIGO PARA QUIBE) SALADA: ALFACE		ARROZ FEIJÃO CUSCUZ COM MILHO, ERVILHA, TOMATE, CENOURA E OVO COZIDO SALADA: COUVE FRUTA		ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: TOMATE		ARROZ LENTILHA COXINHA DA ASAS COM CENOURA SALADA: ALFACE			
	CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA		VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA		LEITE FLOCOS DE MILHO			
	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA:ACELGA	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO COM TOMATE SALADA: ALFACE		MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA (CARNE MOIDA COM MOLHO DE TOMATE) SALADA: COUVE FRUTA		ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: ALFACE		RISOTO DE CARNE ISCAS COM TOMATE E CENOURA SALADA: COUVE FRUTA			

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteínas (g)	Lípidios (g)
432,84	52,16	20,22	15,92
<b>Média</b>			
<b>Categoria Fundamental</b>			
11 - 15 anos			

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 14/02/2023. Atualizado em 23/02/2023.**

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





## MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA

Praça Dr. Oswaldo Cruz, 03, Centro, CNPJ 46.631.248/0001-51

Tel/Fax: |12| 3671-7000 / Cozinha Piloto 3671-2488 | Email:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

MARÇO | 2023

	27/03	28/03	29/03	30/03	31/03
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO AGUA E SAL	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM REQUEIJÃO	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA
	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO Lombo ACEBOLADO SALADA:TOMATE	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO (OVOS COM CENOURA, TOMATE) SALADA: COUVE	ÚLTIMA SEXTA DO MÊS LANCHE PÃO COM CARNE ISCAS SUCO FRUTA

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 14/02/2023. Atualizado em 23/02/2023.**

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



**MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA**

Praça Dr. Oswaldo Cruz, 03, Centro, CNPJ 46.631.248/0001-51

Tel/Fax: |12| 3671-7000 / Cozinha Piloto 3671-2488 | Email:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

**MARÇO | 2023**

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR		ETAPA DE ENSINO CRECHE / PRÉ ESCOLA FUNDAMENTAL I E II   ZONA RURAL		FAIXA ETÁRIA: 2,5 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEIEF PROFESSORA MARIA VITÓRIA DE CAMPOS AZEVEDO	
Horário		2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA	
Tipo de Refeição		27/02	28/02	01/03	02/03	03/03	
7:00 Café   Manhã		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MARGARINA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	
9:30 Refeição Principal   Manhã		ARROZ INTEGRAL FEIJÃO COXINHA DAS ASAS SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ FEIJOADA ESCOLAR (FEIJÃO PRETO COM CARNE ISCAS E CENOURA) SALADA: COUVE	ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM BETERRABA E TOMATE SALADA: ESCAROLA FRUTA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM CENOURA SALADA: ALFACE SUCO	
12:30 Refeição Principal   Tarde							
15:30 Café   Tarde							
<b>Informação Nutricional</b>		06/03	07/03	08/03	09/03	10/03	
		CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO	LEITE FLOCOS DE MILHO	
		ARROZ FEIJÃO ALMONDEGA COM TOMATE SALADA: ACELGA	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE ISCAS SALADA:TOMATE	MACARRÃO PENNE FRANGO CENOURA COZIDA SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOIDA SALADA: ALFACE	RISOTO DE FRANGO (ARROZ COM FRANGO COM TOMATE, CENOURA E MOLHO DE TOAMTE) SALADA: COUVE FRUTA	
		13/03	14/03	15/03	16/03	17/03	
		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	BEBIDA LACTEA COM AVEIA	
		ARROZ FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA:REPOLHO FRUTA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO QUIBE DE FORNO (CARNE MOÍDA E TRIGO PARA QUIBE) SALADA: ALFACE	ARROZ FEIJÃO CUSCUZ COM MILHO, ERVILHA, TOMATE, CENOURA E OVO COZIDO SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: TOMATE	ARROZ LENTILHA COXINHA DA ASAS COM CENOURA SALADA: ALFACE	
		20/03	21/03	22/03	23/03	24/03	
		CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	
		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA:ACELGA	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO COM TOMATE SALADA: ALFACE	MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA (CARNE MOIDA COM MOLHO DE TOMATE) SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: ALFACE	RISOTO DE CARNE ISCAS COM TOMATE E CENOURA SALADA: COUVE FRUTA	

Categoria / Média	Energia (kcal)		Carboidrato (g)		Proteínas (g)		Lipídios (g)	
	Creche 3 anos	Pre Escola 4-5 anos	6 - 10 anos	11 - 15 anos	6 - 10 anos	11 - 15 anos	6 - 10 anos	11 - 15 anos
Média	199,77	266,36	332,96	432,84	40,13	52,16	15,56	20,22
	24,07	32,1	40,13	52,16	9,33	12,44	7,35	9,8

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 14/02/2023. Atualizado em 23/02/2023.**

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





## MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA

Praça Dr. Oswaldo Cruz, 03, Centro, CNPJ 46.631.248/0001-51

Tel/Fax: |12| 3671-7000 / Cozinha Piloto 3671-2488 | Email:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

MARÇO | 2023

	27/03	28/03	29/03	30/03	31/03
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO AGUA E SAL	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM REQUEIJÃO	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA
	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO Lombo ACEBOLADO SALADA:TOMATE	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO (OVOS COM CENOURA, TOMATE) SALADA: COUVE	ÚLTIMA SEXTA DO MÊS LANCHE PÃO COM CARNE ISCAS SUCO FRUTA

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 14/02/2023. Atualizado em 23/02/2023.**

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





**MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA**

Praça Dr. Oswaldo Cruz, 03, Centro, CNPJ 46.631.248/0001-51

Tel/Fax: |12| 3671-7000 / Cozinha Piloto 3671-2488 | Email:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

**MARÇO | 2023**

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR		ETAPA DE ENSINO PRÉ ESCOLA FUNDAMENTAL I E II   ZONA RURAL		FAIXA ETÁRIA: 4 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEIEF JOÃO PEREIRA LOPES																									
Horário		2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA																									
Tipo de Refeição		27/02	28/02	01/03	02/03	03/03																									
<b>Manhã</b> 7:40 Café 10:00 10:40 Refeição Principal  <b>Tarde</b> 12:30 Refeição Principal 15:30 Lanche	<table border="1"> <tr> <td>Energia (kcal)</td> <td>266,36</td> <td>332,96</td> <td>432,84</td> </tr> <tr> <td>Carboidrato (g)</td> <td>32,1</td> <td>40,13</td> <td>52,16</td> </tr> <tr> <td>Proteínas (g)</td> <td>12,44</td> <td>15,56</td> <td>20,22</td> </tr> <tr> <td>Lípidios (g)</td> <td>9,8</td> <td>12,25</td> <td>15,92</td> </tr> <tr> <td colspan="4" style="text-align:center"><b>Média</b></td> </tr> <tr> <td>Categoria Fundamental</td> <td>Pre Escola 4-5 anos</td> <td>6 - 10 anos</td> <td>11 - 15 anos</td> </tr> </table>	Energia (kcal)	266,36	332,96	432,84	Carboidrato (g)	32,1	40,13	52,16	Proteínas (g)	12,44	15,56	20,22	Lípidios (g)	9,8	12,25	15,92	<b>Média</b>				Categoria Fundamental	Pre Escola 4-5 anos	6 - 10 anos	11 - 15 anos	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MARGARINA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	
		Energia (kcal)	266,36	332,96	432,84																										
		Carboidrato (g)	32,1	40,13	52,16																										
		Proteínas (g)	12,44	15,56	20,22																										
		Lípidios (g)	9,8	12,25	15,92																										
		<b>Média</b>																													
		Categoria Fundamental	Pre Escola 4-5 anos	6 - 10 anos	11 - 15 anos																										
		ARROZ INTEGRAL FEIJÃO COXINHA DAS ASAS SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ FEIJOADA ESCOLAR (FEIJÃO PRETO COM CARNE ISCAS E CENOURA) SALADA: COUVE	ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM BETERRABA E TOMATE SALADA: ESCAROLA FRUTA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM CENOURA SALADA: ALFACE SUCO																									
			06/03	07/03	08/03	09/03	10/03																								
		CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO	LEITE FLOCOS DE MILHO																									
		ARROZ FEIJÃO ALMONDEGA COM TOMATE SALADA: ACELGA	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE ISCAS SALADA:TOMATE	MACARRÃO PENNE FRANGO CENOURA COZIDA SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOIDA SALADA: ALFACE	RISOTO DE FRANGO (ARROZ COM FRANGO COM TOMATE, CENOURA E MOLHO DE TOAMTE) SALADA: COUVE FRUTA																									
			13/03	14/03	15/03	16/03	17/03																								
LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	BEBIDA LACTEA COM AVEIA																											
ARROZ FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA:REPOLHO FRUTA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO QUIBE DE FORNO (CARNE MOÍDA E TRIGO PARA QUIBE) SALADA: ALFACE	ARROZ FEIJÃO CUSCUZ COM MILHO, ERVILHA, TOMATE, CENOURA E OVO COZIDO SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: TOMATE	ARROZ LENTILHA COXINHA DA ASAS COM CENOURA SALADA: ALFACE																											
	20/03	21/03	22/03	23/03	24/03																										
CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO																											
ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA:ACELGA	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO COM TOMATE SALADA: ALFACE	MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA (CARNE MOIDA COM MOLHO DE TOMATE) SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: ALFACE	RISOTO DE CARNE ISCAS COM TOMATE E CENOURA SALADA: COUVE FRUTA																											

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 14/02/2023. Atualizado em 23/02/2023.**

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



## MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA

Praça Dr. Oswaldo Cruz, 03, Centro, CNPJ 46.631.248/0001-51

Tel/Fax: |12| 3671-7000 / Cozinha Piloto 3671-2488 | Email:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

MARÇO | 2023

	27/03	28/03	29/03	30/03	31/03
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO AGUA E SAL	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM REQUEIJÃO	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA
	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO Lombo ACEBOLADO SALADA:TOMATE	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO (OVOS COM CENOURA, TOMATE) SALADA: COUVE	ÚLTIMA SEXTA DO MÊS LANCHE PÃO COM CARNE ISCAS SUCO FRUTA

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 14/02/2023. Atualizado em 23/02/2023.**

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

**MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA**

Praça Dr. Oswaldo Cruz, 03, Centro, CNPJ 46.631.248/0001-51

Tel/Fax: |12| 3671-7000 / Cozinha Piloto 3671-2488 | Email:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

**MARÇO | 2023**

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR		ETAPA DE ENSINO PRÉ ESCOLA FUNDAMENTAL I E II   ZONA RURAL		FAIXA ETÁRIA: 4 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEIEF CASSIANA DOS SANTOS MOREIRA	
Horário		2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA	
Tipo de Refeição		27/02	28/02	01/03	02/03	03/03	
7:40 Café   Manhã		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MARGARINA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	
10:00 Refeição Principal   Manhã		ARROZ INTEGRAL FEIJÃO COXINHA DAS ASAS SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ FEIJOADA ESCOLAR (FEIJÃO PRETO COM CARNE ISCAS E CENOURA) SALADA: COUVE	ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM BETERRABA E TOMATE SALADA: ESCAROLA FRUTA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM CENOURA SALADA: ALFACE SUCO	
15:30 Refeição Principal   Tarde		06/03	07/03	08/03	09/03	10/03	
		CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO	LEITE FLOCOS DE MILHO	
		ARROZ FEIJÃO ALMONDEGA COM TOMATE SALADA: ACELGA	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE ISCAS SALADA:TOMATE	MACARRÃO PENNE FRANGO CENOURA COZIDA SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOIDA SALADA: ALFACE	RISOTO DE FRANGO (ARROZ COM FRANGO COM TOMATE, CENOURA E MOLHO DE TOAMTE) SALADA: COUVE FRUTA	
		13/03	14/03	15/03	16/03	17/03	
		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	BEBIDA LACTEA COM AVEIA	
		ARROZ FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA:REPOLHO FRUTA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO QUIBE DE FORNO (CARNE MOÍDA E TRIGO PARA QUIBE) SALADA: ALFACE	ARROZ FEIJÃO CUSCUZ COM MILHO, ERVILHA, TOMATE, CENOURA E OVO COZIDO SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: TOMATE	ARROZ LENTILHA COXINHA DA ASAS COM CENOURA SALADA: ALFACE	
		20/03	21/03	22/03	23/03	24/03	
		CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	
		ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA:ACELGA	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO COM TOMATE SALADA: ALFACE	MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA (CARNE MOIDA COM MOLHO DE TOMATE) SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: ALFACE	RISOTO DE CARNE ISCAS COM TOMATE E CENOURA SALADA: COUVE FRUTA	

**Informação Nutricional**

	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Média	266,36	32,1	12,44	9,8
Pre Escola 4-5 anos	332,96	40,13	15,56	12,25
6 - 10 anos	432,84	52,16	20,22	15,92
11 - 15 anos				

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 14/02/2023. Atualizado em 23/02/2023.**

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





## MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA

Praça Dr. Oswaldo Cruz, 03, Centro, CNPJ 46.631.248/0001-51

Tel/Fax: |12| 3671-7000 / Cozinha Piloto 3671-2488 | Email:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

**MARÇO | 2023**

	<b>27/03</b>	<b>28/03</b>	<b>29/03</b>	<b>30/03</b>	<b>31/03</b>
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO AGUA E SAL	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM REQUEIJÃO	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA
	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO Lombo ACEBOLADO SALADA:TOMATE	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO (OVOS COM CENOURA, TOMATE) SALADA: COUVE	ÚLTIMA SEXTA DO MÊS LANCHE PÃO COM CARNE ISCAS SUCO FRUTA

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 14/02/2023. Atualizado em 23/02/2023.**

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

**MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA**

Praça Dr. Oswaldo Cruz, 03, Centro, CNPJ 46.631.248/0001-51

Tel/Fax: |12| 3671-7000 / Cozinha Piloto 3671-2488 | Email:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

**MARÇO | 2023**

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR		ETAPA DE ENSINO PRÉ ESCOLA FUNDAMENTAL I E II   ZONA RURAL		FAIXA ETÁRIA: 11 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL - TARDE		EMEIEF JOÃO GONÇALVES DOS SANTOS				
Horário Tipo de Refeição	2º SEGUNDA-FEIRA		3º TERÇA-FEIRA		4º QUARTA-FEIRA		5º QUINTA-FEIRA		6º SEXTA-FEIRA	
	27/02		28/02		01/03		02/03		03/03	
Manhã 7:15 Café 10:00 Refeição Principal Tarde 12:30 Refeição Principal 15:30 Lanche <b>Informação Nutricional</b>	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA		LEITE FLOCOS DE MILHO		LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MARGARINA		VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	
	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO COXINHA DAS ASAS SALADA: REPOLHO		ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA		ARROZ FEIJÃO ESCOLAR (FEIJÃO PRETO COM CARNE ISCAS E CENOURA) SALADA: COUVE		ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM BETERRABA E TOMATE SALADA: ESCAROLA FRUTA		ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM CENOURA SALADA: ALFACE SUCO	
	06/03		07/03		08/03		09/03		10/03	
	CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL		LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA		VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA		CAFÉ COM LEITE PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO		LEITE FLOCOS DE MILHO	
	ARROZ FEIJÃO ALMONDEGA COM TOMATE SALADA: ACELGA		ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE ISCAS SALADA:TOMATE		MACARRÃO PENNE FRANGO CENOURA COZIDA SALADA: COUVE FRUTA		ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOIDA SALADA: ALFACE		RISOTO DE FRANGO (ARROZ COM FRANGO COM TOMATE, CENOURA E MOLHO DE TOAMTE) SALADA: COUVE FRUTA	
	13/03		14/03		15/03		16/03		17/03	
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA		LEITE FLOCOS DE MILHO		LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA		BEBIDA LACTEA COM AVEIA	
	ARROZ FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA:REPOLHO FRUTA		ARROZ INTEGRAL FEIJÃO QUIBE DE FORNO (CARNE MOÍDA E TRIGO PARA QUIBE) SALADA: ALFACE		ARROZ FEIJÃO CUSCUZ COM MILHO, ERVILHA, TOMATE, CENOURA E OVO COZIDO SALADA: COUVE FRUTA		ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: TOMATE		ARROZ LENTILHA COXINHA DA ASAS COM CENOURA SALADA: ALFACE	
	20/03		21/03		22/03		23/03		24/03	
	CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA		LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA		VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA		LEITE FLOCOS DE MILHO	
	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA:ACELGA		ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO COM TOMATE SALADA: ALFACE		MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA (CARNE MOIDA COM MOLHO DE TOMATE) SALADA: COUVE FRUTA		ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: ALFACE		RISOTO DE CARNE ISCAS COM TOMATE E CENOURA SALADA: COUVE FRUTA	

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
266,36	32,1	12,44	9,8
332,96	40,13	15,56	12,25
432,84	52,16	20,22	15,92
Média			
Categoria Fundamental			
Pre Escola 4-5 anos			
6 - 10 anos			
11 - 15 anos			

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 14/02/2023. Atualizado em 23/02/2023.**

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





## MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA

Praça Dr. Oswaldo Cruz, 03, Centro, CNPJ 46.631.248/0001-51

Tel/Fax: |12| 3671-7000 / Cozinha Piloto 3671-2488 | Email:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

MARÇO | 2023

	27/03	28/03	29/03	30/03	31/03
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO AGUA E SAL	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM REQUEIJÃO	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA
	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO Lombo ACEBOLADO SALADA:TOMATE	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO (OVOS COM CENOURA, TOMATE) SALADA: COUVE	ÚLTIMA SEXTA DO MÊS LANCHE PÃO COM CARNE ISCAS SUCO FRUTA

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 14/02/2023. Atualizado em 23/02/2023.**

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



**MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA**

Praça Dr. Oswaldo Cruz, 03, Centro, CNPJ 46.631.248/0001-51

Tel/Fax: |12| 3671-7000 / Cozinha Piloto 3671-2488 | Email:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

**MARÇO | 2023**

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR		ETAPA DE ENSINO PRÉ ESCOLA FUNDAMENTAL I E II   ZONA RURAL		FAIXA ETÁRIA: 4 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEIEF JOAQUIM RIBEIRO DE ALMEIDA																					
Horário		2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA																					
Tipo de Refeição		27/02	28/02	01/03	02/03	03/03																					
Manhã	7:40 Café	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MARGARINA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA																					
	10:00 Refeição Principal	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO COXINHA DAS ASAS SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ FEIJOADA ESCOLAR (FEIJÃO PRETO COM CARNE ISCAS E CENOURA) SALADA: COUVE	ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM BETERRABA E TOMATE SALADA: ESCAROLA FRUTA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM CENOURA SALADA: ALFACE SUÇO																					
Tarde	15:30 Refeição Principal	06/03	07/03	08/03	09/03	10/03																					
	Informação Nutricional	CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO	LEITE FLOCOS DE MILHO																					
<table border="1"> <thead> <tr> <th>Energia (kcal)</th> <th>Carboidrato (g)</th> <th>Proteínas (g)</th> <th>Lípidios (g)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>266,36</td> <td>32,1</td> <td>12,44</td> <td>9,8</td> </tr> <tr> <td>332,96</td> <td>40,13</td> <td>15,56</td> <td>12,25</td> </tr> <tr> <td>432,84</td> <td>52,16</td> <td>20,22</td> <td>15,92</td> </tr> <tr> <th colspan="4">Média</th> </tr> </tbody> </table>		Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteínas (g)	Lípidios (g)	266,36	32,1	12,44	9,8	332,96	40,13	15,56	12,25	432,84	52,16	20,22	15,92	Média				ARROZ FEIJÃO ALMONDEGA COM TOMATE SALADA: ACELGA	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE ISCAS SALADA:TOMATE	MACARRÃO PENNE FRANGO CENOURA COZIDA SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOIDA SALADA: ALFACE	RISOTO DE FRANGO (ARROZ COM FRANGO COM TOMATE, CENOURA E MOLHO DE TOAMTE) SALADA: COUVE FRUTA	
		Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteínas (g)	Lípidios (g)																						
266,36	32,1	12,44	9,8																								
332,96	40,13	15,56	12,25																								
432,84	52,16	20,22	15,92																								
Média																											
13/03	14/03	15/03	16/03	17/03	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	BEBIDA LACTEA COM AVEIA																		
ARROZ FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA:REPOLHO FRUTA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO QUIBE DE FORNO (CARNE MOÍDA E TRIGO PARA QUIBE) SALADA: ALFACE	ARROZ FEIJÃO CUSCUZ COM MILHO, ERVILHA, TOMATE, CENOURA E OVO COZIDO SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: TOMATE	ARROZ LENTILHA COXINHA DA ASAS COM CENOURA SALADA: ALFACE																							
20/03	21/03	22/03	23/03	24/03	CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO																		
ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA:ACELGA	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO COM TOMATE SALADA: ALFACE	MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA (CARNE MOIDA COM MOLHO DE TOMATE) SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: ALFACE	RISOTO DE CARNE ISCAS COM TOMATE E CENOURA SALADA: COUVE FRUTA																							

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 14/02/2023. Atualizado em 23/02/2023.**

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





## MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA

Praça Dr. Oswaldo Cruz, 03, Centro, CNPJ 46.631.248/0001-51

Tel/Fax: |12| 3671-7000 / Cozinha Piloto 3671-2488 | Email:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

MARÇO | 2023

27/03	28/03	29/03	30/03	31/03
LEITE COM CACAU 100% BISCOITO AGUA E SAL	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM REQUEIJÃO	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA
ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO Lombo ACEBOLADO SALADA:TOMATE	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO (OVOS COM CENOURA, TOMATE) SALADA: COUVE	ÚLTIMA SEXTA DO MÊS LANCHE PÃO COM CARNE ISCAS SUCO FRUTA

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 14/02/2023. Atualizado em 23/02/2023.**

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

