

**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 ENSINO MÉDIO ZONA URBANA		FAIXA ETÁRIA: 15 A 18 ANOS PROGRAMA DE ENSINO INTEGRAL - PEI		EE MONSENHOR IGNÁCIO GIOIA
<i>Refeição</i>	2º SEGUNDA-FEIRA 27/02	3º TERÇA-FEIRA 28/02	4º QUARTA-FEIRA 01/03	5º QUINTA-FEIRA 02/03	6º SEXTA-FEIRA 03/03
<i>CAFÉ ENTRADA 7:30</i>	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE
<i>LANCHE 9:30</i>	CAFÉ COM LEITE PÃO (1) COM MARGARINA	LEITE COM CACAU 100% PÃO (2) COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO (3) COM QUEIJO MUSSARELA	LEITE COM CACAU 100% PÃO (4) COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO (5) COM MANTEIGA
<i>REFEIÇÃO PRINCIPAL 12:10 20:30</i>	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 FAROFÁ DE OVOS COM CENOURA SALADA: ALFACE SUCO
<i>LANCHE 15:10</i>	SUCO OVO MEXIDO FRUTA	LEITE COM CACAU 100% BOLO (6)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO (7)	ARROZ DOCE FRUTA
<i>Refeição</i>	06/03	07/03	08/03	09/03	10/03
<i>CAFÉ ENTRADA 7:30</i>	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE
<i>LANCHE 9:30</i>	CAFÉ COM LEITE PÃO (1) COM MARGARINA	LEITE COM CACAU 100% PÃO (2) COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO (3) COM MANTEIGA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DE FORMA (4) COM REQUEIJÃO	CAFÉ COM LEITE PÃO (5) COM MANTEIGA
<i>REFEIÇÃO PRINCIPAL 12:10 20:30</i>	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 SUCO
<i>LANCHE 15:10</i>	BEBIDA LACTEA COM FRUTA E AVEIA	LEITE COM CACAU 100% BOLO (6)	CAFÉ COM LEITE BISCOITO (7)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO FRUTA	VITAMINA (LEITE, AVEIA E FRUTA) FRUTA
<i>Refeição</i>	13/03	14/03	15/03	16/03	17/03
<i>CAFÉ ENTRADA 7:30</i>	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE
<i>LANCHE 9:30</i>	CAFÉ COM LEITE PÃO (1) COM MARGARINA	LEITE COM CACAU 100% PÃO (2) COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO (3) COM MANTEIGA	LEITE COM CACAU 100% PÃO (4) COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO (5) COM MANTEIGA
<i>REFEIÇÃO PRINCIPAL</i>	ARROZ FEIJÃO ATUM COM BATATA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO QUIBE DE FORNO (CARNE	ARROZ FEIJÃO CUSCUZ COM MILHO,	ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO	ARROZ LENTILHA FRANGO EM PEDAÇO COM

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

12:10 20:30	SALADA:REPOLHO	MOÍDA E TRIGO PARA QUIBE) SALADA: ALFACE	ERVILHA, TOMATE, CENOURA E OVO COZIDO SALADA: COUVE	SALADA: TOMATE FRUTA	CENOURA SALADA: ALFACE
LANCHE 15:10	SUCO OVO MEXIDO FRUTA	LEITE COM CACAU 100% BOLO (6)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO FRUTA	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO (7)	ARROZ DOCE FRUTA

Refeição	2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA
	20/03	21/03	22/03	23/03	24/03
CAFÉ ENTRADA 7:30	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE
LANCHE 9:30	CAFÉ COM LEITE PÃO (1) COM MARGARINA	LEITE COM CACAU 100% PÃO (2) COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO (3) COM QUEIJO MUSSARELA	LEITE COM CACAU 100% PÃO (4) COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO (5) COM MANTEIGA
REFEIÇÃO PRINCIPAL 12:10 20:30	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA: ACELGA	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO COM TOMATE SALADA: ALFACE FRUTA	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 SUCO
LANCHE 15:10	BEBIDA LACTEA COM FRUTA E AVEIA	LEITE COM CACAU 100% BOLO (6)	CAFÉ COM LEITE BISCOITO (7)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	VITAMINA (LEITE, AVEIA E FRUTA) FRUTA

Refeição	27/03	28/03	29/03	30/03	31/03
CAFÉ ENTRADA 7:30	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE
LANCHE 9:30	CAFÉ COM LEITE PÃO (1) COM MARGARINA	LEITE COM CACAU 100% PÃO (2) COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO (3) COM MANTEIGA	LEITE COM CACAU 100% PÃO (4) COM REQUEIJÃO	CAFÉ COM LEITE PÃO (5) COM MANTEIGA
REFEIÇÃO PRINCIPAL 12:10 20:30	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO Lombo ACEBOLADO SALADA:TOMATE FRUTA	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA: ALFACE	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO (OVOS COM CENOURA, TOMATE) SALADA: COUVE	ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM CENOURA SALADA: ALFACE
LANCHE 15:10	SUCO OVO MEXIDO FRUTA	LEITE COM CACAU 100% BOLO (6)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO FRUTA	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO (7)	VITAMINA (LEITE, AVEIA E FRUTA) FRUTA

Informação Nutricional

Categoria	Média	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Ensino Médio		1806	267	52	34

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:

