



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

OUTUBRO 2022

## CARDÁPIO OUTUBRO 2022 03/10 A 28/10

**Cardápio sujeito a alterações.** Legumes, verduras e frutas podem ser substituídos por outras de acordo com a safra/produção/entrega.  
Resolução CD/FNDE nº06 de 08 de Maio de 2020. PCF= Projeto Cardápio Fotográfico. Elaborado em 23/09/2022, Atualizado em 27/09/2022 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

OUTUBRO 2022

EMEIEF JOAO GONÇALVES DOS SANTOS

Cardápio OUTUBRO 2022 ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	ETAPA DE ENSINO PRÉ-ESCOLA / FUNDAMENTAL I E II ZONA RURAL		FAIXA ETÁRIA: 4 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL		
	2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA
Horário Tipo de Refeição	03/10	04/10	05/10	06/10	07/10
	7:40 Café   Manhã 10:00 Refeição Principal   Manhã  12:30 Refeição Principal   Tarde 15:30 Café   Tarde	CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL <sup>1</sup>	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>3</sup> COM MANTEIGA
<b>Informação Nutricional</b>	RISOTO ARROZ COM FRANGO MILHO, ERVILHA E TOMATE SALADA: CENOURA E ACELGA FRUTA PCF: CSM	ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM BATATA DOCE SALADA: COUVE PCF: JGS	ARROZ FEIJÃO ÇAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA PCF: CP	ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE OVOS OVO, FARINHA DE MILHO COM CENOURA SALADA: TOMATE PCF: JRA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARNE MOIDA COM ABOBORA  SALADA: ESCAROLA PCF: MIG
	10/10	11/10	12/10	13/10	14/10
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA <sup>1</sup>	CAFÉ COM LEITE BOLO DE CHOCOLATE <sup>2</sup>	FERIADO	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	BEBIDA LACTEA COM FLOCOS DE MILHO
	MACARRÃO PARAFUSO SALSICHA COM MOLHO DE TOMATE COM CENOURA E BETERRABA SALADA: REPOLHO SUCO E FRUTA PCF: CDC	ARROZ   FEIJÃO COXINHA DAS ASAS ASSADA COM CENOURA SALADA: ACELGA PIPOCA DOCE PCF: EMEI		LANCHE PÃO FRANCÊS <sup>3</sup> REQUEIJÃO, MUSSARELA ALFACE E TOMATE SUCO E FRUTA PCF: MVCA	ARROZ FEIJOADA: FEIJÃO PRETO COM PERNIL E LINGUIÇA SALADA: VINAGRETE PCF: JPL
	17/10	18/10	19/10	20/10	21/10
	CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAIZENA <sup>1</sup>	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE 100% PÃO DE FORMA <sup>3</sup> COM MARGARINA	DIA NACIONAL DA ALIMENTAÇÃO NA ESCOLA LEITE COM FLOCOS DE MILHO
	ARROZ POLENTA CARNE MOIDA SALADA: ACELGA PCF: CSM	ARROZ   FEIJÃO CUSCUZ PAULISTA (FARINHA DE MILHO COM MOLHO DE TOMATE, TOMATE, CENOURA E OVO) SALADA: ALFACE PCF: JGS	MACARRÃO ESPAGUETE ATUM SALADA: COUVE SUCO E FRUTA PCF: CP	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE SALADA: TOMATE PCF: JRA	RISOTO ARROZ COM FRANGO MOLHO DE TOMATE E TOMATE SALADA: BROCOLIS E COUVE FLOR SALADA DE FRUTAS PCF: MIG
	24/10	25/10	26/10	27/10	28/10
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE <sup>1</sup>	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>3</sup> COM MANTEIGA	DIA DO FUNCIONÁRIO PÚBLICO
	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: REPOLHO PCF: CDC	ARROZ FEIJÃO QUIBE DE FORNO C/ ABOBORA (CARNE MOIDA COM TRIGO PARA QUIBE) SALADA: CENOURA PCF: EMEI	ARROZ FEIJÃO PERNIL SALADA: ALFACE FRUTA PCF: WR	ARROZ COXINHA DAS ASAS COM BATATA DOCE SALADA: COUVE FRUTA PCF: MVCA	

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

Resolução CD/FNDE nº06 de 08 de Maio de 2020.

PCF= Projeto Cardápio Fotográfico.

Elaborado em 23/09/2022, Atualizado em 27/09/2022 por

Natália Irina  
Nutricionista  
CRN 5 22925



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

OUTUBRO 2022

EMEIEF JOAQUIM RIBEIRO DE ALMEIDA

Cardápio OUTUBRO 2022 ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	ETAPA DE ENSINO PRE-ESCOLA / FUNDAMENTAL I E II ZONA RURAL		FAIXA ETÁRIA: 4 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL																																																											
	2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA																																																									
	03/10	04/10	05/10	06/10	07/10																																																									
<b>Horário</b> <b>Tipo de Refeição</b>  7:40 Café   Manhã 10:00 Refeição Principal   Manhã  12:30 Refeição Principal   Tarde 15:30 Café   Tarde  <b>Informação Nutricional</b> <table border="1"> <tr> <th colspan="2">Categoria</th> <th>Pré-Escola 4-5 anos</th> </tr> <tr> <td colspan="3">Média</td> </tr> <tr> <td>Energia</td> <td>(kcal)</td> <td>266,36</td> </tr> <tr> <td>Carboidrato</td> <td>(g)</td> <td>32,1</td> </tr> <tr> <td>Proteínas</td> <td>(g)</td> <td>12,44</td> </tr> <tr> <td colspan="3"> </td> </tr> <tr> <td>Lipídios</td> <td>(g)</td> <td>9,8</td> </tr> <tr> <th colspan="2">Categoria</th> <th>Fundamental I 6 - 10 anos</th> </tr> <tr> <td colspan="3">Média</td> </tr> <tr> <td>Energia</td> <td>(kcal)</td> <td>332,96</td> </tr> <tr> <td>Carboidrato</td> <td>(g)</td> <td>40,13</td> </tr> <tr> <td>Proteínas</td> <td>(g)</td> <td>15,56</td> </tr> <tr> <td>Lipídios</td> <td>(g)</td> <td>12,25</td> </tr> <tr> <th colspan="2">Categoria</th> <th>Fundamental II 11 - 15 anos</th> </tr> <tr> <td colspan="3">Média</td> </tr> <tr> <td>Energia</td> <td>(kcal)</td> <td>432,84</td> </tr> <tr> <td>Carboidrato</td> <td>(g)</td> <td>52,16</td> </tr> <tr> <td>Proteínas</td> <td>(g)</td> <td>20,22</td> </tr> <tr> <td>Lipídios</td> <td>(g)</td> <td>15,92</td> </tr> </table>	Categoria		Pré-Escola 4-5 anos	Média			Energia	(kcal)	266,36	Carboidrato	(g)	32,1	Proteínas	(g)	12,44				Lipídios	(g)	9,8	Categoria		Fundamental I 6 - 10 anos	Média			Energia	(kcal)	332,96	Carboidrato	(g)	40,13	Proteínas	(g)	15,56	Lipídios	(g)	12,25	Categoria		Fundamental II 11 - 15 anos	Média			Energia	(kcal)	432,84	Carboidrato	(g)	52,16	Proteínas	(g)	20,22	Lipídios	(g)	15,92	CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL <sup>1</sup>	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>3</sup> COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA
	Categoria		Pré-Escola 4-5 anos																																																											
	Média																																																													
	Energia	(kcal)	266,36																																																											
	Carboidrato	(g)	32,1																																																											
	Proteínas	(g)	12,44																																																											
	Lipídios	(g)	9,8																																																											
	Categoria		Fundamental I 6 - 10 anos																																																											
	Média																																																													
	Energia	(kcal)	332,96																																																											
	Carboidrato	(g)	40,13																																																											
Proteínas	(g)	15,56																																																												
Lipídios	(g)	12,25																																																												
Categoria		Fundamental II 11 - 15 anos																																																												
Média																																																														
Energia	(kcal)	432,84																																																												
Carboidrato	(g)	52,16																																																												
Proteínas	(g)	20,22																																																												
Lipídios	(g)	15,92																																																												
RISOTO ARROZ COM FRANGO MILHO, ERVILHA E TOMATE SALADA: CENOURA E ACELGA FRUTA PCF: CSM	ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM BATATA DOCE SALADA: COUVE PCF: JGS	ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA PCF: CP	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS OVO, FARINHA DE MILHO COM CENOURA SALADA: TOMATE PCF: JRA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARNE MOIDA COM ABOBORA SALADA: ESCAROLA PCF: MIG																																																										
LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA <sup>1</sup>	CAFÉ COM LEITE BOLO DE CHOCOLATE <sup>2</sup>		VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	BEBIDA LACTEA COM FLOCOS DE MILHO																																																										
MACARRÃO PARAFUSO SALSICHA COM MOLHO DE TOMATE COM CENOURA E BETERRABA SALADA: REPOLHO SUCO E FRUTA PCF: CDC	ARROZ   FEIJÃO COXINHA DAS ASAS ASSADA COM CENOURA SALADA: ACELGA PIPOCA DOCE PCF: EMEI	<b>FERIADO</b>	<b>LANCHE</b> PÃO FRANCÊS <sup>3</sup> REQUEIJÃO, MUSSARELA ALFACE E TOMATE SUCO E FRUTA PCF: MVCA	ARROZ FEIJOADA: FEIJÃO PRETO COM PERNIL E LINGUIÇA SALADA: VINAGRETE PCF: JPL																																																										
CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAIZENA <sup>1</sup>	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE 100% PÃO DE FORMA <sup>3</sup> COM MARGARINA	DIA NACIONAL DA ALIMENTAÇÃO NA ESCOLA LEITE COM FLOCOS DE MILHO																																																										
ARROZ POLENTA CARNE MOIDA SALADA: ACELGA PCF: CSM	ARROZ   FEIJÃO CUSCUZ PAULISTA (FARINHA DE MILHO COM MOLHO DE TOMATE, TOMATE, CENOURA E OVO) SALADA: ALFACE PCF: JGS	MACARRÃO ESPAGUETE ATUM SALADA: COUVE SUCO E FRUTA PCF: CP	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE SALADA: TOMATE PCF: JRA	RISOTO ARROZ COM FRANGO MOLHO DE TOMATE E TOMATE SALADA: BROCOLIS E COUVE FLOR <b>SALADA DE FRUTAS</b> PCF: MIG																																																										
LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE <sup>1</sup>	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>3</sup> COM MANTEIGA																																																											
ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: REPOLHO PCF: CDC	ARROZ FEIJÃO QUIBE DE FORNO C/ ABOBORA (CARNE MOIDA COM TRIGO PARA QUIBE) SALADA: CENOURA PCF: EMEI	ARROZ FEIJÃO PERNIL SALADA: ALFACE FRUTA PCF: WR	ARROZ COXINHA DAS ASAS COM BATATA DOCE SALADA: COUVE FRUTA PCF: MVCA	<b>DIA DO FUNCIONÁRIO PÚBLICO</b>																																																										

Cardápio sujeito a alterações. Legumes, verduras e frutas podem ser substituídos por outras de acordo com a safra/produção/entrega. Resolução CD/FNDE nº06 de 08 de Maio de 2020. PCF= Projeto Cardápio Fotográfico. Elaborado em 23/09/2022, Atualizado em 27/09/2022 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

OUTUBRO 2022

Cardápio OUTUBRO 2022 ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	ETAPA DE ENSINO PRE-ESCOLA / FUNDAMENTAL I E II ZONA RURAL		FAIXA ETÁRIA: 4 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEIEF CASSIANA DOS SANTOS MOREIRA
	2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA
	03/10	04/10	05/10	06/10	07/10
<b>Horário</b> 7:40 Café   Manhã 10:00 Refeição Principal   Manhã 15:30 Refeição Principal   Tarde	<b>Tipo de Refeição</b>  7:40 Café   Manhã 10:00 Refeição Principal   Manhã 15:30 Refeição Principal   Tarde				
	CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL <sup>1</sup>	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>3</sup> COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA
	RISOTO ARROZ COM FRANGO MILHO, ERVILHA E TOMATE SALADA: CENOURA E ACELGA FRUTA PCF: CSM	ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM BATATA DOCE SALADA: COUVE PCF: JGS	ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA PCF: CP	ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE OVOS OVO, FARINHA DE MILHO COM CENOURA SALADA: TOMATE PCF: JRA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARNE MOIDA COM ABOBORA SALADA: ESCAROLA PCF: MIG
	<b>10/10</b>	<b>11/10</b>	<b>12/10</b>	<b>13/10</b>	<b>14/10</b>
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA <sup>1</sup>	CAFÉ COM LEITE BOLO DE CHOCOLATE <sup>2</sup>		VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	BEBIDA LACTEA COM FLOCOS DE MILHO
	MACARRÃO PARAFUSO SALSICHA COM MOLHO DE TOMATE COM CENOURA E BETERRABA SALADA: REPOLHO SUCO E FRUTA PCF: CDC	ARROZ   FEIJÃO COXINHA DAS ASAS ASSADA COM CENOURA SALADA: ACELGA PIPOCA DOCE PCF: MVCA	FERIADO	LANCHE PÃO FRANCÊS <sup>3</sup> REQUEIJÃO, MUSSARELA ALFACE E TOMATE SUCO E FRUTA PCF: EMEI	ARROZ FEIJOADA: FEIJÃO PRETO COM PERNIL E LINGUIÇA SALADA: VINAGRETE PCF: JPL
	<b>17/10</b>	<b>18/10</b>	<b>19/10</b>	<b>20/10</b>	<b>21/10</b>
	CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAIZENA <sup>1</sup>	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE 100% PÃO DE FORMA <sup>3</sup> COM MARGARINA	DIA NACIONAL DA ALIMENTAÇÃO NA ESCOLA LEITE COM FLOCOS DE MILHO
	ARROZ POLENTA CARNE MOIDA SALADA: ACELGA PCF: CSM	ARROZ   FEIJÃO CUSCUZ PAULISTA (FARINHA DE MILHO COM MOLHO DE TOMATE, TOMATE, CENOURA E OVO) SALADA: ALFACE PCF: JGS	MACARRÃO ESPAGUETE ATUM SALADA: COUVE SUCO E FRUTA PCF: CP	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE SALADA: TOMATE PCF: JRA	RISOTO ARROZ COM FRANGO MOLHO DE TOMATE E TOMATE SALADA: BROCOLIS E COUVE SALADA DE FRUTAS PCF: MIG
	<b>24/10</b>	<b>25/10</b>	<b>26/10</b>	<b>27/10</b>	<b>28/10</b>
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE <sup>1</sup>	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>3</sup> COM MANTEIGA	
	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: REPOLHO PCF: CDC	ARROZ FEIJÃO QUIBE DE FORNO C/ ABOBORA (CARNE MOIDA COM TRIGO PARA QUIBE) SALADA: CENOURA PCF: EMEI	ARROZ FEIJÃO PERNIL SALADA: ALFACE FRUTA PCF: WR	ARROZ COXINHA DAS ASAS COM BATATA DOCE SALADA: COUVE FRUTA PCF: MVCA	DIA DO FUNCIONÁRIO PUBLICO

**Informação Nutricional**

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

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

Resolução CD/FNDE nº06 de 08 de Maio de 2020.

PCF= Projeto Cardápio Fotográfico.

Elaborado em 23/09/2022, Atualizado em 27/09/2022 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

OUTUBRO 2022

Cardápio OUTUBRO 2022 ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	ETAPA DE ENSINO PRE-ESCOLA / FUNDAMENTAL I E II ZONA RURAL		FAIXA ETÁRIA: 4 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEIEF JOÃO PEREIRA LOPES																																																						
	2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA																																																						
	03/10	04/10	05/10	06/10	07/10																																																						
<b>Horário</b> <b>Tipo de Refeição</b>  7:40 Café   Manhã 10:00 Refeição Principal   Manhã  15:30 Refeição Principal   Tarde  <b>Informação Nutricional</b> <table border="1"> <tr> <th colspan="2">Categoria</th> <th>Pré-Escola 4-5 anos</th> </tr> <tr> <td colspan="3">Média</td> </tr> <tr> <td>Energia</td> <td>(kcal)</td> <td>266,36</td> </tr> <tr> <td>Carboidrato</td> <td>(g)</td> <td>32,1</td> </tr> <tr> <td>Proteínas</td> <td>(g)</td> <td>12,44</td> </tr> <tr> <td>Lipídios</td> <td>(g)</td> <td>9,8</td> </tr> <tr> <th colspan="2">Categoria</th> <th>Fundamental I 6 - 10 anos</th> </tr> <tr> <td colspan="3">Média</td> </tr> <tr> <td>Energia</td> <td>(kcal)</td> <td>332,96</td> </tr> <tr> <td>Carboidrato</td> <td>(g)</td> <td>40,13</td> </tr> <tr> <td>Proteínas</td> <td>(g)</td> <td>15,56</td> </tr> <tr> <td>Lipídios</td> <td>(g)</td> <td>12,25</td> </tr> <tr> <th colspan="2">Categoria</th> <th>Fundamental II 11 - 15 anos</th> </tr> <tr> <td colspan="3">Média</td> </tr> <tr> <td>Energia</td> <td>(kcal)</td> <td>432,84</td> </tr> <tr> <td>Carboidrato</td> <td>(g)</td> <td>52,16</td> </tr> <tr> <td>Proteínas</td> <td>(g)</td> <td>20,22</td> </tr> <tr> <td>Lipídios</td> <td>(g)</td> <td>15,92</td> </tr> </table>	Categoria		Pré-Escola 4-5 anos	Média			Energia	(kcal)	266,36	Carboidrato	(g)	32,1	Proteínas	(g)	12,44	Lipídios	(g)	9,8	Categoria		Fundamental I 6 - 10 anos	Média			Energia	(kcal)	332,96	Carboidrato	(g)	40,13	Proteínas	(g)	15,56	Lipídios	(g)	12,25	Categoria		Fundamental II 11 - 15 anos	Média			Energia	(kcal)	432,84	Carboidrato	(g)	52,16	Proteínas	(g)	20,22	Lipídios	(g)	15,92	CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL <sup>1</sup>	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>3</sup> COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA
	Categoria		Pré-Escola 4-5 anos																																																								
	Média																																																										
	Energia	(kcal)	266,36																																																								
	Carboidrato	(g)	32,1																																																								
	Proteínas	(g)	12,44																																																								
	Lipídios	(g)	9,8																																																								
	Categoria		Fundamental I 6 - 10 anos																																																								
	Média																																																										
	Energia	(kcal)	332,96																																																								
	Carboidrato	(g)	40,13																																																								
	Proteínas	(g)	15,56																																																								
Lipídios	(g)	12,25																																																									
Categoria		Fundamental II 11 - 15 anos																																																									
Média																																																											
Energia	(kcal)	432,84																																																									
Carboidrato	(g)	52,16																																																									
Proteínas	(g)	20,22																																																									
Lipídios	(g)	15,92																																																									
	RISOTO ARROZ COM FRANGO MILHO, ERVILHA E TOMATE SALADA: CENOURA E ACELGA FRUTA PCF: CSM	ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM BATATA DOCE SALADA: COUVE PCF: JGS	ARROZ FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA PCF: CP	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS OVO, FARINHA DE MILHO COM CENOURA SALADA: TOMATE PCF: JRA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARNE MOIDA COM ABOBORA SALADA: ESCAROLA PCF: MIG																																																						
	10/10	11/10	12/10	13/10	14/10																																																						
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA <sup>1</sup>	CAFÉ COM LEITE BOLO DE CHOCOLATE <sup>2</sup>	FERIADO	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	BEBIDA LACTEA COM FLOCOS DE MILHO																																																						
	MACARRÃO PARAFUSO SALSICHA COM MOLHO DE TOMATE COM CENOURA E BETERRABA SALADA: REPOLHO SUCO E FRUTA PCF: CDC	ARROZ   FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA: ACELGA PIPOCA DOCE PCF: MVCA		LANCHE PÃO FRANCÊS <sup>3</sup> REQUEIJÃO, MUSSARELA ALFACE E TOMATE SUCO E FRUTA PCF: EMEI	ARROZ FEIJOADA: FEIJÃO PRETO COM PERNIL E LINGUIÇA SALADA: VINAGRETE PCF: JPL																																																						
	17/10	18/10	19/10	20/10	21/10																																																						
	CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAIZENA <sup>1</sup>	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE 100% PÃO DE FORMA <sup>3</sup> COM MARGARINA	DIA NACIONAL DA ALIMENTAÇÃO NA ESCOLA LEITE COM FLOCOS DE MILHO																																																						
	ARROZ POLENTA CARNE MOIDA SALADA: ACELGA PCF: CSM	ARROZ   FEIJÃO CUSCUZ PAULISTA (FARINHA DE MILHO COM MOLHO DE TOMATE, TOMATE, CENOURA E OVO) SALADA: ALFACE PCF: JGS	MACARRÃO ESPAGUETE ATUM SALADA: COUVE SUCO E FRUTA PCF: CP	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE SALADA: TOMATE PCF: JRA	RISOTO ARROZ COM FRANGO MOLHO DE TOMATE E TOMATE SALADA: BROCOLIS E COUVE FLOR SALADA DE FRUTAS PCF: MIG																																																						
	24/10	25/10	26/10	27/10	28/10																																																						
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE <sup>1</sup>	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>3</sup> COM MANTEIGA	DIA DO FUNCIONÁRIO PÚBLICO																																																						
	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: REPOLHO PCF: CDC	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA SALADA: CENOURA PCF: EMEI	ARROZ FEIJÃO PERNIL SALADA: ALFACE FRUTA PCF: WR	ARROZ FRANGO EM PEDAÇO BATATA DOCE SALADA: COUVE FRUTA PCF: MVCA																																																							

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

Resolução CD/FNDE nº06 de 08 de Maio de 2020.

PCF= Projeto Cardápio Fotográfico.

Elaborado em 23/09/2022, Atualizado em 27/09/2022 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

OUTUBRO 2022

EMEIEF PROFESSORA MARIA VITÓRIA DE CAMPOS AZEVEDO

Cardápio OUTUBRO 2022 ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	ETAPA DE ENSINO CRECHE / PRE-ESCOLA / FUNDAMENTAL I E II ZONA RURAL		FAIXA ETARIA: 2,5 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL		6º SEXTA-FEIRA																																																																										
	2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA																																																																											
	03/10	04/10	05/10	06/10																																																																											
<b>Horário</b> <b>Tipo de Refeição</b>  7:00 Café   Manhã 09:30 Refeição Principal   Manhã  12:30 Refeição Principal   Tarde 15:30 Café   Tarde  <b>Informação Nutricional</b> <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Categoria</th> <th rowspan="2"></th> <th>Creche</th> <th>Pré-Escola</th> </tr> <tr> <th>3 anos</th> <th>4-5 anos</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td colspan="4">Média</td> </tr> <tr> <td>Energia</td> <td>(kcal)</td> <td>199,77</td> <td>266,36</td> </tr> <tr> <td>Carboidrato</td> <td>(g)</td> <td>24,07</td> <td>32,1</td> </tr> <tr> <td>Proteínas</td> <td>(g)</td> <td>9,33</td> <td>12,44</td> </tr> <tr> <td>Lipídios</td> <td>(g)</td> <td>7,35</td> <td>9,8</td> </tr> <tr> <td colspan="4">Fundamental I 6 - 10 anos</td> </tr> <tr> <td colspan="4">Média</td> </tr> <tr> <td>Energia</td> <td>(kcal)</td> <td colspan="2">332,96</td> </tr> <tr> <td>Carboidrato</td> <td>(g)</td> <td colspan="2">40,13</td> </tr> <tr> <td>Proteínas</td> <td>(g)</td> <td colspan="2">15,56</td> </tr> <tr> <td>Lipídios</td> <td>(g)</td> <td colspan="2">12,25</td> </tr> <tr> <td colspan="4">Fundamental II 11 - 15 anos</td> </tr> <tr> <td colspan="4">Média</td> </tr> <tr> <td>Energia</td> <td>(kcal)</td> <td colspan="2">432,84</td> </tr> <tr> <td>Carboidrato</td> <td>(g)</td> <td colspan="2">52,16</td> </tr> <tr> <td>Proteínas</td> <td>(g)</td> <td colspan="2">20,22</td> </tr> <tr> <td>Lipídios</td> <td>(g)</td> <td colspan="2">15,92</td> </tr> </tbody> </table>	Categoria		Creche	Pré-Escola	3 anos	4-5 anos	Média				Energia	(kcal)	199,77	266,36	Carboidrato	(g)	24,07	32,1	Proteínas	(g)	9,33	12,44	Lipídios	(g)	7,35	9,8	Fundamental I 6 - 10 anos				Média				Energia	(kcal)	332,96		Carboidrato	(g)	40,13		Proteínas	(g)	15,56		Lipídios	(g)	12,25		Fundamental II 11 - 15 anos				Média				Energia	(kcal)	432,84		Carboidrato	(g)	52,16		Proteínas	(g)	20,22		Lipídios	(g)	15,92		CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL <sup>1</sup>	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>3</sup> COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA
			Categoria		Creche	Pré-Escola																																																																									
	3 anos	4-5 anos																																																																													
	Média																																																																														
	Energia	(kcal)	199,77	266,36																																																																											
	Carboidrato	(g)	24,07	32,1																																																																											
	Proteínas	(g)	9,33	12,44																																																																											
	Lipídios	(g)	7,35	9,8																																																																											
	Fundamental I 6 - 10 anos																																																																														
	Média																																																																														
	Energia	(kcal)	332,96																																																																												
	Carboidrato	(g)	40,13																																																																												
Proteínas	(g)	15,56																																																																													
Lipídios	(g)	12,25																																																																													
Fundamental II 11 - 15 anos																																																																															
Média																																																																															
Energia	(kcal)	432,84																																																																													
Carboidrato	(g)	52,16																																																																													
Proteínas	(g)	20,22																																																																													
Lipídios	(g)	15,92																																																																													
RISOTO ARROZ COM FRANGO MILHO, ERVILHA E TOMATE SALADA: CENOURA E ACELGA FRUTA PCF: CSM	ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM BATATA DOCE SALADA: COUVE PCF: JGS	ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA PCF: CP	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS OVO, FARINHA DE MILHO COM CENOURA SALADA: TOMATE PCF: JRA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARNE MOIDA COM ABOBORA SALADA: ESCAROLA PCF: MIG																																																																											
10/10	11/10	12/10	13/10	14/10																																																																											
LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA <sup>1</sup>	CAFÉ COM LEITE BOLO DE CHOCOLATE <sup>2</sup>	FERIADO	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	BEBIDA LACTEA COM FLOCOS DE MILHO																																																																											
MACARRÃO PARAFUSO SALSICHA COM MOLHO DE TOMATE COM CENOURA E BETERRABA SALADA: REPOLHO SUCO E FRUTA PCF: CDC	ARROZ   FEIJÃO COXINHA DAS ASAS ASSADA COM CENOURA SALADA: ACELGA PIPOCA DOCE PCF: EMEI	FERIADO	LANCHE PÃO FRANCÊS <sup>3</sup> REQUEIJÃO, MUSSARELA ALFACE E TOMATE SUCO E FRUTA PCF: MVCA	ARROZ FEIJOADA: FEIJÃO PRETO COM PERNIL E LINGUIÇA SALADA: VINAGRETE PCF: JPL																																																																											
17/10	18/10	19/10	20/10	21/10																																																																											
CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAIZENA <sup>1</sup>	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE 100% PÃO DE FORMA <sup>3</sup> COM MARGARINA	DIA NACIONAL DA ALIMENTAÇÃO NA ESCOLA LEITE COM FLOCOS DE MILHO																																																																											
ARROZ POLENTA CARNE MOIDA SALADA: ACELGA PCF: CSM	ARROZ   FEIJÃO CUSCUZ PAULISTA (FARINHA DE MILHO COM MOLHO DE TOMATE, TOMATE, CENOURA E OVO) SALADA: ALFACE PCF: JGS	MACARRÃO ESPAGUETE ATUM SALADA: COUVE SUCO E FRUTA PCF: CP	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE SALADA: TOMATE PCF: JRA	RISOTO ARROZ COM FRANGO MOLHO DE TOMATE E TOMATE SALADA: BROCOLIS E COUVE FLOR SALADA DE FRUTAS PCF: MIG																																																																											
24/10	25/10	26/10	27/10	28/10																																																																											
LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE <sup>1</sup>	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>3</sup> COM MANTEIGA	DIA DO FUNCIONÁRIO PÚBLICO																																																																											
ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: REPOLHO PCF: CDC	ARROZ FEIJÃO QUIBE DE FORNO C/ ABOBORA (CARNE MOIDA COM TRIGO PARA QUIBE) SALADA: CENOURA PCF: EMEI	ARROZ FEIJÃO PERNIL SALADA: ALFACE FRUTA PCF: WR	ARROZ COXINHA DAS ASAS COM BATATA DOCE SALADA: COUVE FRUTA PCF: MVCA																																																																												

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

Resolução CD/FNDE nº06 de 08 de Maio de 2020.

PCF= Projeto Cardápio Fotográfico.

Elaborado em 23/09/2022, Atualizado em 27/09/2022 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

**OUTUBRO 2022**

Cardápio OUTUBRO 2022 ALIMENTAÇÃO ESCOLAR		ETAPA DE ENSINO FUNDAMENTAL I ZONA URBANA		FAIXA ETÁRIA: 6 A 10 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEF CORONEL DOMINGUES DE CASTRO
		2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA
Horário		03/10	04/10	05/10	06/10	07/10
Tipo de Refeição		CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL <sup>1</sup>	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>3</sup> COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA
6:45 Café   Manhã		RISOTO ARROZ COM FRANGO MILHO, ERVILHA E TOMATE SALADA: CENOURA E ACELGA FRUTA PCF: CSM	ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM BATATA DOCE SALADA: COUVE PCF: JGS	ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA PCF: CP	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS OVO, FARINHA DE MILHO COM CENOURA SALADA: TOMATE PCF: JRA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARNE MOIDA COM ABOBORA SALADA: ESCAROLA PCF: MIG
09:00 Refeição Principal   Manhã						
15:00 Refeição Principal   Tarde						
Informação Nutricional						
Categoria		Fundamental I 6 - 10 anos		FERIADO		
Média						
Energia	(kcal)	332,96				
Carboidrato	(g)	40,13				
Proteínas	(g)	15,56				
Lipídios	(g)	12,25				
		10/10	11/10	12/10	13/10	14/10
		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA <sup>1</sup>	CAFÉ COM LEITE BOLO DE CHOCOLATE <sup>2</sup>		VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	BEBIDA LACTEA COM FLOCOS DE MILHO
		MACARRÃO PARAFUSO SALSICHA COM MOLHO DE TOMATE COM CENOURA E BETERRABA SALADA: REPOLHO SUCO E FRUTA PCF: CDC	LANCHE PÃO FRANCÊS <sup>3</sup> REQUEIJÃO, MUSSARELA ALFACE E TOMATE SUCO E FRUTA PCF: EMEI		ARROZ   FEIJÃO COXINHA DAS ASAS ASSADA COM CENOURA SALADA: ACELGA PIPOCA DOCE PCF: MVCA	ARROZ FEIJOADA: FEIJÃO PRETO COM PERNIL E LINGUIÇA SALADA: VINAGRETE PCF: JPL
		17/10	18/10	19/10	20/10	21/10
		CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAIZENA <sup>1</sup>	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE 100% PÃO DE FORMA <sup>3</sup> COM MARGARINA	DIA NACIONAL DA ALIMENTAÇÃO NA ESCOLA LEITE COM FLOCOS DE MILHO
		ARROZ POLENTA CARNE MOIDA SALADA: ACELGA PCF: CSM	ARROZ   FEIJÃO CUSCUZ PAULISTA (FARINHA DE MILHO COM MOLHO DE TOMATE, TOMATE, CENOURA E OVO) SALADA: ALFACE PCF: JGS	MACARRÃO ESPAGUETE ATUM SALADA: COUVE SUCO E FRUTA PCF: CP	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE SALADA: TOMATE PCF: JRA	RISOTO ARROZ COM FRANGO MOLHO DE TOMATE E TOMATE SALADA: BROCOLIS E COUVE FLOR SALADA DE FRUTAS PCF: MIG
		24/10	25/10	26/10	27/10	28/10
		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE <sup>1</sup>	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE <sup>3</sup> COM MANTEIGA	
		ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: REPOLHO PCF: CDC	ARROZ FEIJÃO QUIBE DE FORNO C/ ABOBORA (CARNE MOIDA COM TRIGO PARA C) SALADA: CENOURA PCF: EMEI	ARROZ FEIJÃO PERNIL SALADA: ALFACE FRUTA PCF: WR	ARROZ COXINHA DAS ASAS COM BATATA DOCE SALADA: COUVE FRUTA PCF: MVCA	DIA DO FUNCIONÁRIO PÚBLICO

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

Resolução CD/FNDE nº06 de 08 de Maio de 2020.

PCF= Projeto Cardápio Fotográfico.

Elaborado em 23/09/2022, Atualizado em 27/09/2022 por











OUTUBRO 2022

Cardápio OUTUBRO 2022 ALIMENTAÇÃO ESCOLAR		ETAPA DE ENSINO CRECHE / PRE-ESCOLA ZONA URBANA		FAIXA ETÁRIA: 3 A 5 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEI JOÃO BATISTA CARDOSO															
		2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA															
		03/10	04/10	05/10	06/10	07/10															
Horário Tipo de Refeição  7:15 Café   Manhã 10:00 Refeição Principal   Manhã  13:15 Refeição Principal   Tarde 15:30 Café   Tarde	<table border="1"> <tr> <th colspan="2">Informação Nutricional</th> </tr> <tr> <th>Categoria</th> <th>Creche 3 anos</th> </tr> <tr> <td colspan="2">Média</td> </tr> <tr> <td>Energia</td> <td>(kcal) 199,77</td> </tr> <tr> <td>Carboidrato</td> <td>(g) 24,07</td> </tr> <tr> <td>Proteínas</td> <td>(g) 9,33</td> </tr> <tr> <td>Lipídios</td> <td>(g) 7,35</td> </tr> </table>	Informação Nutricional		Categoria	Creche 3 anos	Média		Energia	(kcal) 199,77	Carboidrato	(g) 24,07	Proteínas	(g) 9,33	Lipídios	(g) 7,35	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA <sup>1</sup>	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	
		Informação Nutricional																			
Categoria	Creche 3 anos																				
Média																					
Energia	(kcal) 199,77																				
Carboidrato	(g) 24,07																				
Proteínas	(g) 9,33																				
Lipídios	(g) 7,35																				
		RISOTO ARROZ COM FRANGO MILHO, ERVILHA E TOMATE SALADA: CENOURA E ACELGA FRUTA PCF: CSM	ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM BATATA DOCE SALADA: COUVE FRUTA PCF: JGS	ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA PCF: CP	ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE OVOS OVO, FARINHA DE MILHO COM CENOURA SALADA: TOMATE PCF: JRA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARNE MOIDA COM ABOBORA  SALADA: ESCAROLA PCF: MIG															
		10/10	11/10	12/10	13/10	14/10															
		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO AGUA E SAL <sup>1</sup>	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	FERIADO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>3</sup> COM REQUEIJÃO	BEBIDA LACTEA COM FLOCOS DE MILHO															
		MACARRÃO PARAFUSO SALSICHA COM MOLHO DE TOMATE COM CENOURA E BETERRABA SALADA: REPOLHO FRUTA PCF: CDC	LANCHE PÃO FRANCÊS <sup>3</sup> REQUEIJÃO, MUSSARELA ALFACE E TOMATE FRUTA PCF: EMEI		ARROZ   FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: ACELGA PIPOCA DOCE PCF: MVCA	ARROZ FEIJOADA: FEIJÃO PRETO COM PERNIL E LINGUIÇA SALADA: VINAGRETE PCF: JPL															
		17/10	18/10	19/10	20/10	21/10															
		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE <sup>1</sup>	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>3</sup> COM MARGARINA	DIA NACIONAL DA ALIMENTAÇÃO NA ESCOLA LEITE COM FLOCOS DE MILHO															
		ARROZ POLENTA  CARNE MOIDA SALADA: ACELGA FRUTA PCF: CSM	ARROZ   FEIJÃO CUSCUZ PAULISTA  (FARINHA DE MILHO COM MOLHO DE TOMATE, TOMATE, CENOURA E OVO) SALADA: ALFACE PCF: JGS	MACARRÃO ATUM  SALADA: COUVE SUCO E FRUTA PCF: CP	ARROZ  ESTROGONOFÉ DE CARNE SALADA: TOMATE FRUTA PCF: JRA	RISOTO ARROZ COM FRANGO MOLHO DE TOMATE E TOMATE SALADA: BROCOLIS E COUVE FLOR SALADA DE FRUTAS PCF: MIG															
		24/10	25/10	26/10	27/10	28/10															
		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA <sup>1</sup>	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>2</sup> COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE <sup>3</sup> COM MANTEIGA	DIA DO FUNCIONÁRIO PÚBLICO															
		ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: REPOLHO FRUTA PCF: CDC	ARROZ FEIJÃO QUIBE DE FORNO C/ ABOBORA (CARNE MOIDA COM TRIGO PARA QUIBE) SALADA: CENOURA PCF: EMEI	ARROZ FEIJÃO PERNIL SALADA: ALFACE FRUTA PCF: WR	ARROZ FRANGO EM PEDAÇO COM BATATA DOCE SALADA: COUVE FRUTA PCF: MVCA																

Cardápio sujeito a alterações. Legumes, verduras e frutas podem ser substituídos por outras de acordo com a safra/produção/entrega.  
Resolução CD/FNDE nº06 de 08 de Maio de 2020. PCF= Projeto Cardápio Fotográfico. Elaborado em 23/09/2022, Atualizado em 27/09/2022 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

OUTUBRO 2022

Cardápio OUTUBRO 2022 ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	ETAPA DE ENSINO MEDIO ZONA URBANA		FAIXA ETÁRIA: 15 A 18 ANOS PROGRAMA DE ENSINO INTEGRAL - PEI E NOTURNO		EE MONSENHOR IGNÁCIO GIOIA
	2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	
Horário e Tipo de Refeição	03/10	04/10	05/10	06/10	07/10
<b>CAFÉ ENTRADA 7:30</b>	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	
<b>LANCHE 9:30</b>	CAFÉ COM LEITE PÃO (1) COM MANTEIGA	LEITE COM CACAU 100% PÃO (2) COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO (3) COM MANTEIGA	LEITE COM CACAU 100% PÃO (4) COM MARGARINA	
<b>REFEIÇÃO PRINCIPAL</b>	RISOTO ARROZ COM FRANGO MILHO, ERVILHA E TOMATE SALADA: CENOURA E ACELGA FRUTA	ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM BATATA DOCE SALADA: COUVE FRUTA	ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE	ARROZ   FEIJÃO FAROFÁ DE OVOS OVO, FARINHA DE MILHO COM CENOURA SALADA: TOMATE PIPOCA DOCE	<b>CONSELHO DE CLASSE</b>
<b>12:10 20:30</b>	PCF: CSM	PCF: JGS	PCF: CP	PCF: JRA	PCF: MIG
<b>LANCHE 15:10</b>	CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL (5)	SUCO BOLO (6)	BEBIDA LACTEA FRUTA	CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA (7)	
Horário e Tipo de Refeição	10/10	11/10	12/10	13/10	14/10
<b>CAFÉ ENTRADA 7:30</b>	<b>RECESSO ESCOLAR 10/10/ A 14/10</b>				
<b>LANCHE 9:30</b>					
<b>REFEIÇÃO PRINCIPAL</b>					
<b>12:10 20:30</b>					
<b>LANCHE 15:10</b>					
Horário e Tipo de Refeição	17/10	18/10	19/10	20/10	21/10
<b>CAFÉ ENTRADA 7:30</b>	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE
<b>LANCHE 9:30</b>	CAFÉ COM LEITE PÃO (1) COM MANTEIGA	LEITE COM CACAU 100% PÃO (2) COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO (3) COM MUSSARELA	LEITE COM CACAU 100% PÃO (4) COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO (5) COM MARGARINA
<b>REFEIÇÃO PRINCIPAL</b>	ARROZ POLENTA CARNE MOIDA SALADA: ACELGA	ARROZ   FEIJÃO CUSCUZ PAULISTA (FARINHA DE MILHO COM MOLHO DE TOMATE, TOMATE, CENOURA E OVO) SALADA: ALFACE	MACARRÃO ESPAGUETE ATUM SALADA: COUVE SUCO E FRUTA	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE SALADA: TOMATE	RISOTO ARROZ COM FRANGO MOLHO DE TOMATE E TOMATE SALADA: BROCOLIS E COUVE FLOR
<b>12:10 20:30</b>	PCF: CSM	PCF: JGS	PCF: CP	PCF: MVCA	PCF: MIG
<b>LANCHE 15:10</b>	CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA (6)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO FRUTA	CAFÉ COM LEITE BOLO (7)	ARROZ DOCE FRUTA	SALADA DE FRUTAS

**Cardápio sujeito a alterações.** Legumes, verduras e frutas podem ser substituídos por outras de acordo com a safra/produção/entrega.  
Resolução CD/FNDE nº06 de 08 de Maio de 2020. PCF= Projeto Cardápio Fotográfico. Elaborado em 23/09/2022, Atualizado em 27/09/2022 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

OUTUBRO 2022

Cardápio OUTUBRO 2022 ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	ETAPA DE ENSINO MÉDIO ZONA URBANA		FAIXA ETÁRIA: 15 A 18 ANOS PROGRAMA DE ENSINO INTEGRAL - PEI E NOTURNO		EE MONSENHOR IGNÁCIO GIOIA
	Horário e Tipo de Refeição	24/10	25/10	26/10	27/10
<b>CAFÉ ENTRADA 7:30</b>	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE
<b>LANCHE 9:30</b>	CAFÉ COM LEITE PÃO (1) COM MANTEIGA	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 MARGARINA
<b>REFEIÇÃO PRINCIPAL</b>  <b>12:10</b> <b>20:30</b>	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: REPOLHO FRUTA PCF: CDC	ARROZ FEIJÃO QUIBE DE FORNO COM ABOBORA (CARNE MOIDA COM TRIGO PARA QUIBE) SALADA: CENOURA PCF: EMEI	ARROZ FEIJÃO PERNIL SALADA: ALFACE PCF: WR	ARROZ COXINHA DAS ASAS COM BATATA DOCE SALADA: COUVE FRUTA PCF: MVCA	ARROZ FEIJÃO SALSCIIHA SALADA: ACELGA PCF: JPL
<b>LANCHE 15:10</b>	CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL (6)	SUCO BOLO (7)	BEBIDA LACTEA FRUTA	CAFÉ COM LEITE COM FARINHA DE MILHO	LEITE COM FLOCOS DE MILHO FRUTA

**Cardápio sujeito a alterações.** Legumes, verduras e frutas podem ser substituídos por outras de acordo com a safra/produção/entrega.  
Resolução CD/FNDE nº06 de 08 de Maio de 2020. PCF= Projeto Cardápio Fotográfico. Elaborado em 23/09/2022, Atualizado em 27/09/2022 por

