



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 ¹	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ³ COM MANTEIGA
Informação Nutricional	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 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 ¹	CAFÉ COM LEITE BOLO DE CHOCOLATE ²	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 ³ 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 ¹	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE 100% PÃO DE FORMA ³ 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 ESTROGONOFÉ 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 ¹	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ³ 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																																																						
Horário Tipo de Refeição 7:40 Café Manhã 10:00 Refeição Principal Manhã 12:30 Refeição Principal Tarde 15:30 Café Tarde Informação Nutricional <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Categoria</th> <th>Pré-Escola 4-5 anos</th> </tr> <tr> <th colspan="2">Média</th> <td></td> </tr> </thead> <tbody> <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> <th colspan="2">Média</th> <td></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> <th colspan="2">Média</th> <td></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> </tbody> </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 ¹ RISOTO ARROZ COM FRANGO MILHO, ERVILHA E TOMATE SALADA: CENOURA E ACELGA FRUTA PCF: CSM	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM BATATA DOCE SALADA: COUVE PCF: JGS	LEITE COM FLOCOS DE MILHO ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA PCF: CP	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ³ COM MANTEIGA ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS OVO, FARINHA DE MILHO COM CENOURA SALADA: TOMATE PCF: JRA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARNE MOIDA COM ABOBORA SALADA: ESCAROLA PCF: MIG
	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																																																									
	10/10	11/10	12/10	13/10	14/10																																																						
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA ¹	CAFÉ COM LEITE BOLO DE CHOCOLATE ²		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 ³ 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 ¹	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE 100% PÃO DE FORMA ³ 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 ¹	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ³ 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 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





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
Horário 7:40 Café Manhã 10:00 Refeição Principal Manhã 15:30 Refeição Principal Tarde	CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL ¹	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ³ 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 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 ¹	CAFÉ COM LEITE BOLO DE CHOCOLATE ²	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: MVCA	FERIADO	LANCHE PÃO FRANCÊS ³ 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 ¹	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE 100% PÃO DE FORMA ³ 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
	24/10	25/10	26/10	27/10	28/10
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE ¹	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ³ COM MANTEIGA	DIA DO FUNCIONÁRIO PUBLICO
	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	

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																																																						
Horário 7:40 Café Manhã 10:00 Refeição Principal Manhã 15:30 Refeição Principal Tarde	CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL ¹	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ³ 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 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																																																						
Informação Nutricional <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Categoria</th> <th>Pré-Escola 4-5 anos</th> </tr> </thead> <tbody> <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> </tbody> </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	10/10 LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA ¹	11/10 CAFÉ COM LEITE BOLO DE CHOCOLATE ²	12/10 FERIADO	13/10 VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	14/10 BEBIDA LACTEA COM FLOCOS DE MILHO
	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																																																									
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	19/10 FERIADO	20/10 LANCHE PÃO FRANCÊS ³ REQUEIJÃO, MUSSARELA ALFACE E TOMATE SUCO E FRUTA PCF: EMEI	21/10 ARROZ FEIJOADA: FEIJÃO PRETO COM PERNIL E LINGUIÇA SALADA: VINAGRETE PCF: JPL																																																							
17/10 CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAIZENA ¹	18/10 LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	19/10 VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	20/10 CAFÉ COM LEITE 100% PÃO DE FORMA ³ COM MARGARINA	21/10 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 LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE ¹	25/10 CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	26/10 LEITE COM FLOCOS DE MILHO	27/10 CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ³ COM MANTEIGA	28/10 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 07/10																																																																		
	2º SEGUNDA-FEIRA 03/10	3º TERÇA-FEIRA 04/10	4º QUARTA-FEIRA 05/10	5º QUINTA-FEIRA 06/10																																																																			
	Horário Tipo de Refeição 7:00 Café Manhã 09:30 Refeição Principal Manhã 12:30 Refeição Principal Tarde 15:30 Café Tarde Informação Nutricional <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> </tbody> </table> <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Categoria</th> <th colspan="2">Fundamental I</th> </tr> <tr> <th colspan="2">6 - 10 anos</th> </tr> </thead> <tbody> <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> </tbody> </table> <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Categoria</th> <th colspan="2">Fundamental II</th> </tr> <tr> <th colspan="2">11 - 15 anos</th> </tr> </thead> <tbody> <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> </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	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 ¹ RISOTO ARROZ COM FRANGO MILHO, ERVILHA E TOMATE SALADA: CENOURA E ACELGA FRUTA PCF: CSM	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM BATATA DOCE SALADA: COUVE PCF: JGS	LEITE COM FLOCOS DE MILHO ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA PCF: CP
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																																																																				
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																																																																					
	10/10	11/10	12/10	13/10	14/10																																																																		
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA ¹	CAFÉ COM LEITE BOLO DE CHOCOLATE ²	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 ³ RQUEIJÃO, 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 ¹	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE 100% PÃO DE FORMA ³ 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 ¹	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ³ 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																			
		03/10	04/10	05/10	06/10	07/10																			
Horário Tipo de Refeição 6:45 Café Manhã 09:00 Refeição Principal Manhã 15:00 Refeição Principal Tarde Informação Nutricional <table border="1"> <tr> <td colspan="2">Categoria</td> <td>Fundamental I 6 - 10 anos</td> </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> </table>	Categoria		Fundamental I 6 - 10 anos	Média			Energia	(kcal)	332,96	Carboidrato	(g)	40,13	Proteínas	(g)	15,56	Lipídios	(g)	12,25	CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL ¹	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ³ COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	
	Categoria		Fundamental I 6 - 10 anos																						
	Média																								
	Energia	(kcal)	332,96																						
	Carboidrato	(g)	40,13																						
	Proteínas	(g)	15,56																						
	Lipídios	(g)	12,25																						
	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 ¹	CAFÉ COM LEITE BOLO DE CHOCOLATE ²		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 ³ REQUEIJÃO, MUSSARELA ALFACE E TOMATE SUCO E FRUTA PCF: EMEI	FERIADO	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 ¹	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE 100% PÃO DE FORMA ³ 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 ESTROGONOFÉ 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 ¹	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ³ 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





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

EMEF PROFESSOR WALDEMAR RODRIGUES

Cardápio OUTUBRO 2022 ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	ETAPA DE ENSINO FUNDAMENTAL II ZONA URBANA		FAIXA ETÁRIA: 11 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																			
Horário Tipo de Refeição 7:00 Café Manhã 09:30 Refeição Principal Manhã 15:30 Refeição Principal Tarde Informação Nutricional <table border="1"> <tr> <td colspan="2">Categoria</td> <td>Fundamental II 11 - 15 anos</td> </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		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 ¹	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ³ COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA
	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																		
	10/10	11/10	12/10	13/10	14/10																		
	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA ¹	CAFÉ COM LEITE BOLO DE CHOCOLATE ²	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	LANCHE PÃO FRANCÊS ³ REQUEIJÃO, MUSSARELA ALFACE E TOMATE SUCO E FRUTA PCF: EMEI		ARROZ FEIJOADA: FEIJÃO PRETO COM PERNIL E LINGUIÇA SALADA: VINAGRETE PCF: MVCA	ARROZ FEIJÃO COXINHA DAS ASAS ASSADA COM CENOURA SALADA: ACELGA PIPOCA DOCE PCF: JPL																		
	17/10	18/10	19/10	20/10	21/10																		
	CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAIZENA ¹	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	CAFÉ COM LEITE 100% PÃO DE FORMA ³ 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 ¹	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ³ 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																				
			ATUALIZADO EM 03/10/2022																				

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 28/07/2022 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 Informação Nutricional	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Categoria</th> <th>Creche 3 anos</th> </tr> <tr> <th colspan="3">Média</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Energia</td> <td>(kcal)</td> <td>199,77</td> </tr> <tr> <td>Carboidrato</td> <td>(g)</td> <td>24,07</td> </tr> <tr> <td>Proteínas</td> <td>(g)</td> <td>9,33</td> </tr> <tr> <td>Lipídios</td> <td>(g)</td> <td>7,35</td> </tr> </tbody> </table>		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 ¹	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA
	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 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 AGUA E SAL ¹	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	FERIADO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ³ 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 ³ 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 ¹	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ³ 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 ESTROGONOFE 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 ¹	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ² COM MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE ³ 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 03/10	3º TERÇA-FEIRA 04/10	4º QUARTA-FEIRA 05/10	5º QUINTA-FEIRA 06/10	6º SEXTA-FEIRA 07/10
Horário e Tipo de Refeição					
CAFÉ ENTRADA 7:30	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	
LANCHE 9:30	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	
REFEIÇÃO PRINCIPAL	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	CONSELHO DE CLASSE
12:10 20:30	PCF: CSM	PCF: JGS	PCF: CP	PCF: JRA	PCF: MIG
LANCHE 15:10	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
CAFÉ ENTRADA 7:30	RECESSO ESCOLAR 10/10/ A 14/10				
LANCHE 9:30					
REFEIÇÃO PRINCIPAL					
12:10 20:30					
LANCHE 15:10					
Horário e Tipo de Refeição	17/10	18/10	19/10	20/10	21/10
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 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
REFEIÇÃO PRINCIPAL	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
12:10 20:30	PCF: CSM	PCF: JGS	PCF: CP	PCF: MVCA	PCF: MIG
LANCHE 15:10	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
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 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
REFEIÇÃO PRINCIPAL 12:10 20:30	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
LANCHE 15:10	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

