



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: prefeitura@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

SETEMBRO 2018

CARDÁPIO nº 29, 30, 31 e 32 | ALIMENTAÇÃO ESCOLAR | CRECHE (3 ANOS)

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA 03/09 LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ FEIJÃO CUSCUZ PAULISTA COM MILHO, ERVILHA, TOMATE E OVO COZIDO SALADA: REPOLHO	DIA 04/09 LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM GELÉIA MACARRÃO AVE MARIA A BOLONHESA SALADA: ALFACE FRUTA: BANANA	DIA 05/09 BEBIDA LACTEA SABOR SALADA DE FRUTAS BISNAGUINHA ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO SALADA: TOMATE	DIA 06/09 LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ VACA ATOLADA FARINHA DE MANDIOCA SALADA: COUVE SUCO: ACEROLA FRUTA: MAÇA	DIA 07/09 FERIADO INDEPENDÊNCIA DO BRASIL
DIA 10/09 LEITE MORNO COM FLOCOS DE MILHO ARROZ CARNE ISCAS COM ABOBRINHA SALADA: PEPINO FRUTA: BANANA	DIA 11/09 LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM REQUEIJÃO RISOTO SALADA: COUVE SUCO: CAJU	DIA 12/09 LEITE COM CHOCOLATE BISNAGUINHA ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS SALADA: ALFACE	DIA 13/09 BEBIDA LACTEA SABOR PESSEGO PÃO DOCE COM MANTEIGA MACARRÃO PADRE NOSSO COM FRANGO E TOMATE SALADA: BETERRABA FRUTA: MAÇA	DIA 14/09 LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA ARROZ FEIJÃO QUIBE DE FORNO (COM HORTELÃ) SALADA: REPOLHO
DIA 17/09 LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO SALADA: ACELGA	DIA 18/09 LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM GELÉIA ARROZ CARNE ISCAS COM MOLHO DE TOMATE E BETERRABA SALADA: COUVE FRUTA: BANANA	DIA 19/09 LEITE COM CHOCOLATE BISNAGUINHA ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA SALADA: CENOURA	DIA 20/09 LEITE COM CHOCOLATE MINI PÃO DOCE ARROZ POSTA DE CAÇÃO COM BATATA E TOMATE SALADA: ALFACE FRUTA: MAÇA	DIA 21/09 BEBIDA LACTEA SABOR MORANGO BISCOITO ROSQUINHA MACARRÃO PARAFUSO À PRIMAVERA (BROCOLIS, CENOURA, TOMATE E FRANGO DESFIADO) SALADA: REPOLHO SUCO: LIMÃO CRAVO COM COUVE
DIA 24/09 LEITE MORNO COM FLOCOS DE MILHO ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM BATATA DOCE SALADA: REPOLHO	DIA 25/09 BEBIDA LACTEA SABOR SALADA DE FRUTAS PÃO DOCE COM MANTEIGA MACARRÃO AVE MARIA COM FRANGO EM PEDAÇO SALADA: BETERRABA FRUTA: BANANA	DIA 26/09 LEITE COM CHOCOLATE BISNAGUINHA ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA: TOMATE	DIA 27/09 LEITE COM CHOCOLATE PÃO DE FORMA COM MANTEIGA ARROZ CARNE ISCAS COM CHUCHU SALADA: CENOURA	DIA 28/09 LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA LANCHE: "TIPO" LANCHE DE METRO PÃO FRANCES COM FRANGO DESFIADO E REQUEIJÃO, ALFACE E TOMATE SUCO: MARACUJÁ FRUTA: MAÇA

Informação Nutricional: Média por categoria.

Informação
Nutricional

Categoria	Média	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídios	Fibras	Vitaminas		Minerais (mg)			
		(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	A (µg)	C (mg)	Cálcio	Ferro	Magnésio	Zinco
Creche 3 anos		199,77	24,07	9,33	7,35	2,26	166,66	9,96	30,06	1,68	24,24	1,14

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

Elaborado por Natália Irina Nutricionista RT CRN 3 22325.

Natália Irina
Nutricionista
CRN 3 - 22325





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: prefeitura@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

SETEMBRO 2018

CARDÁPIO nº 29, 30, 31 e 32 | ALIMENTAÇÃO ESCOLAR | PRÉ-ESCOLA (4 - 5 ANOS)

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA 03/09 LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ FEIJÃO CUSCUZ PAULISTA COM MILHO, ERVILHA, TOMATE E OVO COZIDO SALADA: REPOLHO	DIA 04/09 LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA MACARRÃO AVE MARIA A BOLONHESA SALADA: ALFACE FRUTA: BANANA	DIA 05/09 BEBIDA LACTEA SABOR SALADA DE FRUTAS BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO SALADA: TOMATE	DIA 06/09 LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ VACA ATOLADA FARINHA DE MANDIOCA SALADA: COUVE SUCO: ACEROLA FRUTA: MAÇA	DIA 07/09 FERIADO INDEPENDÊNCIA DO BRASIL
DIA 10/09 LEITE MORNO COM FLOCOS DE MILHO ARROZ CARNE ISCAS COM ABOBRINHA SALADA: PEPINO FRUTA: BANANA	DIA 11/09 LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM REQUEIJÃO RISOTO SALADA: COUVE SUCO: CAJU	DIA 12/09 LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE OVOS SALADA: ALFACE	DIA 13/09 LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA MACARRÃO PADRE NOSSO COM FRANGO E TOMATE SALADA: BETERRABA FRUTA: MAÇA	DIA 14/09 LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA ARROZ FEIJÃO QUIBE DE FORNO (COM HORTELÃ) SALADA: REPOLHO
DIA 17/09 LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO SALADA: ACELGA	DIA 18/09 LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ CARNE ISCAS COM MOLHO DE TOMATE E BETERRABA SALADA: COUVE FRUTA: BANANA	DIA 19/09 LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA SALADA: CENOURA	DIA 20/09 LEITE COM CHOCOLATE MINI PÃO DOCE ARROZ POSTA DE CAÇÃO COM BATATA E TOMATE SALADA: ALFACE FRUTA: MAÇA	DIA 21/09 BEBIDA LACTEA SABOR MORANGO BISCOITO ROSQUINHA MACARRÃO PARAFUSO Á PRIMAVERA (BROCOLIS, CENOURA, TOMATE E FRANGO DESFIADO) SALADA: REPOLHO SUCO: LIMÃO CRAVO COM COUVE
DIA 24/09 LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM BATATA DOCE SALADA: REPOLHO	DIA 25/09 LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA MACARRÃO AVE MARIA COM FRANGO EM PEDAÇO SALADA: BETERRABA FRUTA: BANANA	DIA 26/09 LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA: TOMATE	DIA 27/09 LEITE COM CHOCOLATE PÃO DE FORMA COM MANTEIGA ARROZ CARNE ISCAS COM CHUCHU SALADA: CENOURA	DIA 28/09 LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA LANCHE: "TIPO" LANCHE DE METRO PÃO FRANCES COM FRANGO DESFIADO E REQUEIJÃO, ALFACE E TOMATE SUCO: MARACUJÁ FRUTA: MAÇA

Informação Nutricional: Média por categoria.

**Informação
Nutricional**

Categoria	Média	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídios	Fibras	Vitaminas		Minerais (mg)			
		(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	A (µg)	C (mg)	Cálcio	Ferro	Magnésio	Zinco
Pre Escola 4-5a		266,36	32,1	12,44	9,8	3,02	220,88	13,28	40,08	2,24	32,32	1,52

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

Elaborado por Natália Irina Nutricionista RT CRN 3 22325.

Natália Irina
Nutricionista
CRN 3 - 22325





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: prefeitura@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

SETEMBRO 2018

CARDÁPIO nº 29, 30, 31 e 32 - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - FUNDAMENTAL (6 - 15 ANOS)

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA 03/09	DIA 04/09	DIA 05/09	DIA 06/09	DIA 07/09
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ FEIJÃO CUSCUZ PAULISTA COM MILHO, ERVILHA, TOMATE E OVO COZIDO SALADA: REPOLHO	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCES COM MANTEIGA MACARRÃO PENE A BOLONHESA SALADA: ALFACE FRUTA: BANANA	BEBIDA LACTEA SABOR SALADA DE FRUTAS BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FEIJÃO COXINHA DAS ASAS SALADA: TOMATE	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ VACA ATOLADA FARINHA DE MANDIOCA SALADA: COUVE SUÇO: ACEROLA	FERIADO INDEPENDÊNCIA DO BRASIL
DIA 10/09	DIA 11/09	DIA 12/09	DIA 13/09	DIA 14/09
LEITE MORNO COM FLOCOS DE MILHO ARROZ CARNE ISCAS COM ABOBRINHA SALADA: PEPINO	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCES COM REQUEIJÃO RISOTO SALADA: COUVE SUÇO: CAJU	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE OVOS SALADA: ALFACE	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA MACARRÃO ESPAGUETE COM FRANGO E TOMATE SALADA: BETERRABA FRUTA: MAÇA	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA ARROZ FEIJÃO QUIBE DE FORNO (COM HORTELÃ) SALADA: REPOLHO
DIA 17/09	DIA 18/09	DIA 19/09	DIA 20/09	DIA 21/09
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO SALADA: ACELGA	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCES COM MANTEIGA ARROZ / CARNE ISCAS COM MOLHO DE TOMATE E BETERRABA SALADA: COUVE FRUTA: BANANA	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA SALADA: CENOURA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ POSTA DE CAÇÃO COM BATATA E TOMATE SALADA: ALFACE	BEBIDA LACTEA SABOR MORANGO BISCOITO ROSQUINHA MACARRÃO PARAFUSO À PRIMAVERA (BROCOLIS, CENOURA, TOMATE E FRANGO DESFIADO) SALADA: REPOLHO SUÇO: LIMÃO CRAVO COM COUVE
DIA 24/09	DIA 25/09	DIA 26/09	DIA 27/09	DIA 28/09
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM BATATA DOCE SALADA: REPOLHO	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCES COM MANTEIGA MACARRÃO ESPAGUETE COM COXINHA DAS ASAS SALADA: BETERRABA	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA: TOMATE	CAFÉ COM LEITE PÃO DE FORMA COM MANTEIGA ARROZ CARNE ISCAS COM CHUCHU SALADA: CENOURA	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA LANCHE: "TIPO" LANCHE DE METRO - PÃO FRANCES COM FRANGO DESDIADO E REQUEIJÃO, ALFACE E TOMATE SUÇO: MARACUJÁ FRUTA: MAÇA

Informação Nutricional: Média por categoria.

Categoria Fundamental	Média	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídios	Fibras	Vitaminas		Minerais (mg)			
		(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	A (µg)	C (mg)	Cálcio	Ferro	Magnésio	Zinco
6 - 10 anos		332,96	40,13	15,56	12,25	3,8	276,1	16,68	50,51	2,84	40,43	1,91
11 - 15 anos		432,84	52,16	20,22	15,92	4,94	358,93	21,68	65,66	3,69	52,55	2,48

Informação Nutricional

Cardápio sujeito a alterações. Legumes, verduras e frutas podem ser substituídos por outras de acordo com a safra/produção/entrega.
Elaborado por Natália Irina Nutricionista RT CRN 3 22325.

Natália Irina
Nutricionista
CRN 3 - 22325



**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: prefeitura@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

SETEMBRO 2018**CARDÁPIO nº 29, 30, 31 e 32 - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - ENSINO MÉDIO - EE MONSENHOR IGNÁCIO GIOIA - PERÍODO PARCIAL**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA 03/09	DIA 04/09	DIA 05/09	DIA 06/09	DIA 07/09
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ FEIJÃO CUSCUZ PAULISTA COM MILHO, ERVILHA, TOMATE E OVO COZIDO SALADA: REPOLHO	CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA MACARRÃO PENE A BOLONHESA SALADA: ALFACE FRUTA: BANANA	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ / FEIJÃO COXINHA DAS ASAS SALADA: TOMATE	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MARGARINA ARROZ / VACA ATOLADA FARINHA DE MANDIOCA SALADA: COUVE SUCO: ACEROLA	FERIADO INDEPENDÊNCIA DO BRASIL
DIA 10/09	DIA 11/09	DIA 12/09	DIA 13/09	DIA 14/09
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ CARNE ISCAS COM ABOBRINHA SALADA: PEPINO	CAFÉ COM LEITE BISCOITO DOCE RISOTO SALADA: COUVE SUCO: CAJU	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE OVOS SALADA: ALFACE	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MARGARINA MACARRÃO ESPAGUETE COM FRANGO E TOMATE SALADA: BETERRABA FRUTA: MAÇA	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA ARROZ FEIJÃO QUIBE DE FORNO (COM HORTELÃ) SALADA: REPOLHO
DIA 17/09	DIA 18/09	DIA 19/09	DIA 20/09	DIA 21/09
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO SALADA: ACELGA	CAFÉ COM LEITE BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ / CARNE ISCAS COM MOLHO DE TOMATE E BETERRABA SALADA: COUVE FRUTA: BANANA	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA SALADA: CENOURA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MARGARINA ARROZ POSTA DE CAÇÃO COM BATATA E TOMATE SALADA: ALFACE	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA MACARRÃO PARAFUSO À PRIMAVERA (BROCOLIS, CENOURA, TOMATE E FRANGO DESFIADO) SALADA: REPOLHO SUCO: LIMÃO CRAVO COM COUVE
DIA 24/09	DIA 25/09	DIA 26/09	DIA 27/09	DIA 28/09
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM BATATA DOCE SALADA: REPOLHO	CAFÉ COM LEITE BISCOITO DOCE MACARRÃO ESPAGUETE COM COXINHA DAS ASAS SALADA: BETERRABA	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA: TOMATE	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MARGARINA ARROZ CARNE ISCAS COM CHUCHU SALADA: CENOURA	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA RISOTO SALADA: ALFACE SUCO: MARACUJÁ FRUTA: MAÇA

Informação Nutricional: Média por categoria.

**Informação
Nutricional**

Categoria	Média	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídios	Fibras	Vitaminas		Minerais (mg)			
		(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	A (µg)	C (mg)	Cálcio	Ferro	Magnésio	Zinco
Ensino Médio		532,72	64,2	24,88	19,6	6,04	441,76	26,56	80,16	4,48	64,64	3,04

Cardápio sujeito a alterações. Legumes, verduras e frutas podem ser substituídos por outras de acordo com a safra/produção/entrega.
Elaborado por Natália Irina Nutricionista RT CRN 3 22325.

Natália Irina
Nutricionista
CRN 3 - 22325

