



	28_2017	SEGUNDA-FEIRA 04/09	TERÇA-FEIRA 05/09	QUARTA-FEIRA 06/09	QUINTA-FEIRA 07/09	SEXTA-FEIRA 08/09
A2	CAFÉ ENTRADA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO ÁGUA E SAL	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MAISENA		
	ARROZ / MACARRÃO FEIJÃO MISTURA LEGUME VERDURA SUCO / FRUTA / MEL	MACARRÃO PARAFUSO* CARNE ISCAS C/ TOMATE ACELGA SUCO DE CAJU	ARROZ FILET DE FRANGO ASSADO** ABOBRINHA ALFACE BANANA	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO TOMATE MEL	FERIADO Independência do Brasil	

	29_2017	SEGUNDA-FEIRA 10/07	TERÇA-FEIRA 11/07	QUARTA-FEIRA 12/07	QUINTA-FEIRA 13/07	SEXTA-FEIRA 14/07
B2	CAFÉ ENTRADA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO ROSQUINHA	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO ÁGUA E SAL	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MARGARINA	BEBIDA LACTEA SABOR MORANGO BISCOITO MAISENA
	ARROZ / MACARRÃO FEIJÃO MISTURA LEGUME VERDURA SUCO / FRUTA / MEL	ARROZ CARNE ISCAS COM BATATA DOCE ACELGA MEL	RISOTO ARROZ COM FRANGO DESFIADO COM CENOURA E MILHO ALFACE MAÇA	ARROZ FEIJÃO TROPEIRO (FEIJÃO CARIOCA COM CARNE ISCAS, FARINHA DE MANDIOCA, CEBOLA) COUVE*** SUCO DE GOIABA	MACARRÃO ESPAGUETE* CARNE MOIDA COM CHUCHU REPOLHO BANANA	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM CENOURA E VAGEM TOMATE

*Macarrão e misturas (carne iscas/carne moída) separados. **Teste: filet de frango assado. *** Couve pode fazer junto no Feijão Tropeiro ou separado como salada.

Cardápio disponível em www.saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

Nutricional	Por Categoria	Média	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lípidios	Fibras	Vitaminas		Minerais (mg)				
			(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	A (µg)	C (mg)	Cálcio	Ferro	Magnésio	Zinco	Sódio
(média por refeição):	Pré-Escola		266,36	32,1	12,44	9,8	3,02	220,88	13,28	40,08	2,24	32,32	1,52	523,52
	Fundamental		332,96	40,13	15,56	12,25	3,8	276,1	16,68	50,51	2,84	40,43	1,91	659,43

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES. Legumes, verduras e frutas podem ser substituídos por outras de acordo com a safra/produção/entrega.

Cardápio elaborado em 24/08/2017, atualizado em 28/08/2017 por Natália Irina Nutricionista RT CRN 3 22325. Imagens retiradas do Google.