



# 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

**ABRIL 2019**

## CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CRECHE (3 ANOS) - INFANTIL (4 - 5 ANOS)

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>DIA 01/04</b>	<b>DIA 02/04</b>	<b>DIA 03/04</b>	<b>DIA 04/04</b>	<b>DIA 05/04</b>
COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO DOCE ARROZ   FEIJÃO COM ABOBORA MADURA CARNE ISCAS SALADA: CHUCHU	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM GELÉIA MACARRÃO AVE MARIA FRANGO COM CENOURA SALADA: COUVE FRUTA: MAÇA	LEITE COM CHOCOLATE <b>BOLO DE FUBÁ</b> ARROZ   FEIJÃO OVO COZIDO COM BATATAS SALADA: ALFACE	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO RISOTO: ARROZ COM FRANGO DESFIADO, MILHO E ERVILHA SALADA: BETERRABA SUCO: UVA	BEBIDA LÁCTEA SABOR MORANGO   FLOCOS DE MILHO ARROZ   FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE TOMATE SALADA: TOMATE
<b>DIA 08/04</b>	<b>DIA 09/04</b>	<b>DIA 10/04</b>	<b>DIA 11/04</b>	<b>DIA 12/04</b>
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ   FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM VAGEM E CENOURA SALADA: ACELGA	LEITE COM CHOCOLATE PÃO INTEGRAL COM MANTEIGA ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA: REPOLHO SUCO: ABACAXI	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO AGUA E SAL ARROZ   FEIJÃO TROPEIRO (FEIJÃO CARIOCA, COUVE, FARINHA DE MANDIOCA E PERNIL) SALADA: ALFACE	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA MACARRÃO ESPAGUETE PICADO CARNE ISCAS SALADA: TOMATE FRUTA: BANANA	BEBIDA LÁCTEA SABOR PESSEGO BISCOITO ROSQUINHA ARROZ   FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA: ALFACE
<b>DIA 15/04</b>	<b>DIA 16/04</b>	<b>DIA 17/04</b>	<b>DIA 18/04</b>	<b>DIA 19/04</b>
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ   POLENTA COM MOLHO DE TOMATE E CARNE MOÍDA SALADA: REPOLHO FRUTA: BANANA	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM REQUEIJÃO ARROZ FRANGO COM ABOBRINHA SALADA: BETERRABA SUCO: GOIABA	LEITE COM CHOCOLATE <b>BOLO DE FUBÁ</b> MACARRÃO PARAFUSO ALMONDEGAS COM MOLHO DE TOMATE E BETERRABA SALADA: COUVE FRUTA: MAÇA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO ROSQUINHA ARROZ   FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA E TOMATE SALADA: ALFACE	<b>FERIADO</b>
<b>DIA 22/04</b>	<b>DIA 23/04</b>	<b>DIA 24/04</b>	<b>DIA 25/04</b>	<b>DIA 26/04</b>
<b>FERIADO</b>	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM GELÉIA MACARRÃO ESPAGUETE PICADO PROTEINA TEXTURIZADA DE SOJA MILHO E TOMATE SALADA: ACELGA FRUTA: MAÇA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO AGUA E SAL ARROZ   FEIJÃO QUIBE DE FORNO SALADA: ALFACE	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DE FORMA COM MANTEIGA ARROZ COM CENOURA FRANGO DESFIADO COM CHUCHU SALADA: TOMATE	BEBIDA LÁCTEA SABOR SALADA DE FRUTAS BISCOITO ROSQUINHA LANCHE: PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA E LEGUME SUCO: MARACUJÁ FRUTA: BANANA
				ELABORADO EM 22/03/2019

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
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

Natália Irina  
Nutricionista  
CRN 3 - 22325

**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.



# 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

## ABRIL 2019

### CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - FUNDAMENTAL (6 - 15 ANOS)

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>DIA 01/04</b> COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO DOCE ARROZ   FEIJÃO COM ABOBORA MADURA CARNE ISCAS SALADA: CHUCHU	<b>DIA 02/04</b> CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA MACARRÃO PENNE COXINHA DAS ASAS COM CENOURA SALADA: COUVE FRUTA: MAÇA	<b>DIA 03/04</b> LEITE COM CHOCOLATE <b>BOLO DE FUBÁ</b> ARROZ   FEIJÃO OVO COZIDO COM BATATAS SALADA: ALFACE	<b>DIA 04/04</b> CAFÉ COM LEITE PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO RISOTO: ARROZ COM FRANGO DESFIADO, MILHO E ERVILHA SALADA: BETERRABA SUCO: UVA	<b>DIA 05/04</b> BEBIDA LÁCTEA SABOR MORANGO   FLOCOS DE MILHO ARROZ   FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE TOMATE SALADA: TOMATE
<b>DIA 08/04</b> LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ   FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM VAGEM E CENOURA SALADA: ACELGA	<b>DIA 09/04</b> CAFÉ COM LEITE PÃO INTEGRAL COM MANTEIGA ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA: REPOLHO SUCO: ABACAXI	<b>DIA 10/04</b> COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO AGUA E SAL ARROZ   FEIJÃO TROPEIRO (FEIJÃO CARIOCA, COUVE, FARINHA DE MANDIOCA E PERNIL) SALADA: ALFACE	<b>DIA 11/04</b> CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA MACARRÃO ESPAGUETE CARNE ISCAS SALADA: TOMATE FRUTA: BANANA	<b>DIA 12/04</b> LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA ARROZ   FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA: ALFACE
<b>DIA 15/04</b> LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ POLENTA COM MOLHO DE TOMATE E CARNE MOÍDA SALADA: REPOLHO	<b>DIA 16/04</b> CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO ARROZ COXINHA DAS ASAS COM ABOBRINHA SALADA: BETERRABA SUCO: GOIABA	<b>DIA 17/04</b> LEITE COM CHOCOLATE <b>BOLO DE FUBÁ</b> MACARRÃO PARAFUSO ALMONDEGAS COM MOLHO DE TOMATE E BETERRABA SALADA: COUVE FRUTA: MAÇA	<b>DIA 18/04</b> COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO ROSQUINHA ARROZ   FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA E TOMATE SALADA: ALFACE	<b>DIA 19/04</b> <b>FERIADO</b>
<b>DIA 22/04</b> <b>FERIADO</b>	<b>DIA 23/04</b> CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA MACARRÃO ESPAGUETE PROTEINA TEXTURIZADA DE SOJA MILHO E TOMATE SALADA: ACELGA	<b>DIA 24/04</b> COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO AGUA E SAL ARROZ   FEIJÃO QUIBE DE FORNO SALADA: ALFACE	<b>DIA 25/04</b> CAFÉ COM LEITE PÃO DE FORMA COM MANTEIGA ARROZ COM CENOURA FRANGO DESFIADO COM CHUCHU SALADA: TOMATE	<b>DIA 26/04</b> BEBIDA LÁCTEA SABOR SALADA DE FRUTAS BISCOITO ROSQUINHA LANCHE: PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA E LEGUME SUCO: MARACUJÁ FRUTA: BANANA
				ELABORADO EM 22/03/2019

Informação Nutricional: Média por categoria.

### Informação Nutricional

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

**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

## ABRIL 2019

### CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – ENSINO MÉDIO - EE MONSENHOR IGNÁCIO GIOIA - PERIODO PARCIAL

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>DIA 01/04</b> COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO DOCE ARROZ   FEIJÃO COM ABOBORA MADURA CARNE ISCAS SALADA: CHUCHU	<b>DIA 02/04</b> CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE MACARRÃO PENNE COXINHA DAS ASAS COM CENOURA SALADA: COUVE FRUTA: MAÇA	<b>DIA 03/04</b> LEITE COM CHOCOLATE <b>BOLO DE FUBÁ</b> ARROZ   FEIJÃO OVO COZIDO COM BATATAS SALADA: ALFACE	<b>DIA 04/04</b> CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE RISOTO: ARROZ COM FRANGO DESFIADO, MILHO E ERVILHA SALADA: BETERRABA SUCO: UVA	<b>DIA 05/04</b> LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO AGUA E SAL ARROZ   FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE TOMATE SALADA: TOMATE
<b>DIA 08/04</b> LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ   FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM VAGEM E CENOURA SALADA: ACELGA	<b>DIA 09/04</b> CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA: REPOLHO SUCO: ABACAXI	<b>DIA 10/04</b> COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO AGUA E SAL ARROZ   FEIJÃO TROPEIRO (FEIJÃO CARIOCA, COUVE, FARINHA DE MANDIOCA E PERNIL) SALADA: ALFACE	<b>DIA 11/04</b> CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE MACARRÃO ESPAGUETE CARNE ISCAS SALADA: TOMATE FRUTA: BANANA	<b>DIA 12/04</b> LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ   FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA: ALFACE
<b>DIA 15/04</b> LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ POLENTA COM MOLHO DE TOMATE E CARNE MOÍDA SALADA: REPOLHO	<b>DIA 16/04</b> CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ARROZ COXINHA DAS ASAS COM ABOBRINHA SALADA: BETERRABA SUCO: GOIABA	<b>DIA 17/04</b> LEITE COM CHOCOLATE <b>BOLO DE FUBÁ</b> MACARRÃO PARAFUSO ALMONDEGAS COM MOLHO DE TOMATE E BETERRABA SALADA: COUVE FRUTA: MAÇA	<b>DIA 18/04</b> COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO AGUA E SAL ARROZ   FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA E TOMATE SALADA: ALFACE	<b>DIA 19/04</b> FERIADO
<b>DIA 22/04</b> FERIADO	<b>DIA 23/04</b> CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE MACARRÃO ESPAGUETE PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA MILHO E TOMATE SALADA: ACELGA	<b>DIA 24/04</b> COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO AGUA E SAL ARROZ   FEIJÃO QUIBE DE FORNO SALADA: ALFACE	<b>DIA 25/04</b> CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE ARROZ COM CENOURA FRANGO DESFIADO COM CHUCHU SALADA: TOMATE	<b>DIA 26/04</b> LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ CARNE MOÍDA COM LEGUME SUCO: MARACUJÁ FRUTA: BANANA
				ELABORADO EM 22/03/2019

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

Natália Irina  
Nutricionista  
CRN 3 - 22325

**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.