

**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

**SETEMBRO 2023**

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	ETAPA DE ENSINO ENSINO MÉDIO ZONA URBANA		FAIXA ETÁRIA: 15 A 18 ANOS PROGRAMA DE ENSINO INTEGRAL – PEI		EE MONSENHOR IGNÁCIO GIOIA
	2º SEGUNDA-FEIRA 04/09	3º TERÇA-FEIRA 05/09	4º QUARTA-FEIRA 06/09	5º QUINTA-FEIRA 07/09	6º SEXTA-FEIRA 08/09
<b>Refeição</b>					
<b>CAFÉ ENTRADA 7:30</b>	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE		
<b>LANCHE 9:30</b>	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (1) COM MARGARINA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE (2) COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCÊS (3) COM MANTEIGA		
<b>REFEIÇÃO PRINCIPAL 12:10 20:30</b>	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA: ACELGA FRUTA	ARROZ FEIJAO COXINHA DAS ASAS COM ABOBORA SALADA: TOMATE	MACARRÃO DE FESTA CARNE ISCAS COM BATATA E POLPA DE TOMATE SALADA: ALFACE FRUTA	<b>FERIADO</b>	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADE</b>
<b>LANCHE 15:10</b>	LEITE COM CACAU 100% PÃO FRANCÊS (4) COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE BOLO (5)	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE (6) COM MANTEIGA		

Refeição	2º SEGUNDA-FEIRA 11/09	3º TERÇA-FEIRA 12/09	4º QUARTA-FEIRA 13/09	5º QUINTA-FEIRA 14/09	6º SEXTA-FEIRA 15/09
	<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 MARGARINA	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 MANTEIGA
<b>REFEIÇÃO PRINCIPAL 12:10 20:30</b>	ARROZ FEIJAO FAROFA DE OVOS (OVO COM FARINHA DE MILHO E CENOURA) SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJAO CARNE MOIDA COM POLPA DE TOMATE SALADA: CENOURA FRUTA	ARROZ FEIJAO ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA: TOMATE	ARROZ FEIJÃO CAÇÃO ASSADO COM BATATA E TOMATE SALADA: ALFACE FRUTA	RISOTO (ARROZ COM CARNE ISCAS DESFIADA COM MILHO, ERVILHA E ABOBORA) SALADA: COUVE SUÇO
<b>LANCHE 15:10</b>	IOGURTE SABOR SALADA DE FRUTAS COM FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% BOLO (6)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO FRUTA	CAFÉ COM LEITE PÃO DE FORMA (7) COM REQUEIJÃO	SALADA DE FRUTAS AVEIA

**CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES. ELABORADO EM 23/08/2023. ATUALIZADO EM 31/08/2023.**

Legumes, verduras e frutas podem ser substituídos por outras de acordo com a safra/produção/entrega. Elaborado por:

Natália Irina  
 Natália Irina dos Santos Silva  
 Nutricionista RT Alimentação Escolar  
 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:merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

**SETEMBRO 2023**

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	ETAPA DE ENSINO ENSINO MÉDIO ZONA URBANA		FAIXA ETÁRIA: 15 A 18 ANOS PROGRAMA DE ENSINO INTEGRAL - PEI		EE MONSENHOR IGNÁCIO GIOIA
	2º SEGUNDA-FEIRA 18/09	3º TERÇA-FEIRA 19/09	4º QUARTA-FEIRA 20/09	5º QUINTA-FEIRA 21/09	6º SEXTA-FEIRA 22/09
<b>Refeição</b>					
<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 MARGARINA	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 QUEIJO MUSSARELA
<b>REFEIÇÃO PRINCIPAL 12:10 20:30</b>	ARROZ LENTILHA COXINHA DAS ASAS SALADA: CENOURA FRUTA	ARROZ FEIJÃO QUIBE DE FORNO (CARNE MOIDA COM TRIGO PARA QUIBE) SALADA: TOMATE	ARROZ FEIJAO FRANGO COM BATATA E TOMATE SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ POLENTA CARNE ISCAS COM TOMATE E POLPA DE TOMATE SALADA: ACELGA	<b>MACARRÃO PRIMAVERA</b> MACARRÃO PARAFUSO FRANGO DESFIADO COM MILHO, ERVILHA E ABOBRINHA E TOMATE SALADA: BETERRABA FRUTA   SUCO
<b>LANCHE 15:10</b>	CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA (7)	SUCO BOLO (6)	ARROZ DOCE COM COCO RALADO (CANELA EM PÓ – OPCIONAL)	LEITE COM CACAU 100% FRUTA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO

Refeição	2º SEGUNDA-FEIRA 25/09	3º TERÇA-FEIRA 26/09	4º QUARTA-FEIRA 27/09	5º QUINTA-FEIRA 28/09	6º SEXTA-FEIRA 29/09
	<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 MARGARINA	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 MANTEIGA
<b>REFEIÇÃO PRINCIPAL 12:10 20:30</b>	ARROZ FRANGO EM PEDAÇO CREME DE MILHO (LEITE COM MILHO VERDE COZIDO E AMIDO DE MILHO) SALADA: ALFACE	ARROZ FEIJOADA ESCOLAR FEIJÃO PRETO COM CARNE ISCAS SALADA: COUVE	ARROZ FEIJAO FAROFA DE OVOS (OVO COM FARINHA DE MILHO E CENOURA) SALADA: TOMATE FRUTA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM BATATA SALADA: ACELGA	ARROZ FEIJÃO TROPEIRO FEIJÃO CARIOCA COM FARINHA DE MANDIOCA, LINGUIÇA, OVO E COUVE TOMAGRETE (TOMATE, CEBOLA E VINAGRE)
<b>LANCHE 15:10</b>	LEITE COM FLOCOS DE MILHO FRUTA	LEITE COM CACAU 100% BOLO (6)	SUCO PÃO (7) COM REQUEIJÃO	SALADA DE FRUTAS AVEIA	IOGURTE SABOR MORANGO COM AVEIA FRUTA

**Informação Nutricional**

Categoria	Média	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Ensino Médio		1806	267	52	34

**CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES. ELABORADO EM 23/08/2023. ATUALIZADO EM 31/08/2023.**

Legumes, verduras e frutas podem ser substituídos por outras de acordo com a safra/produção/entrega. Elaborado por:

Natália Irina  
 Natália Irina dos Santos Silva  
 Nutricionista RT Alimentação Escolar  
 CRN 3 22325