

**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

**NOVEMBRO 2023**

Refeição	2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA
	30/10	31/10	01/11	02/11	03/11
CAFÉ ENTRADA 7:30	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE		
LANCHE 9:30	CAFÉ COM LEITE PÃO (1) COM MARGARINA	CAFÉ COM LEITE PÃO (2) COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO (3) COM MANTEIGA		
REFEIÇÃO PRINCIPAL 12:10 20:30	ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM BETERRABA E POLPA DE TOMATE SALADA: ACELGA FRUTA	ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM ABOBORA SALADA: ALFACE	MACARRÃO PARAFUSO AO MOLHO SUGO (POLPA DE TOMATE) SALADA: OVO COZIDO COM BATATA E CENOURA FRUTA	<b>FERIADO NACIONAL</b>	<b>SUSPENSÃO DE EXPEDIENTE</b> Decreto Municipal nº. 1, de 2 de janeiro de 2023. Prefeitura Municipal da Estância Turística São Luiz do Paraitinga.
LANCHE 15:10	VITAMINA: LEITE COM FRUTA BOLO (4)	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA (5)	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO (6)		

Refeição	2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA
	06/11	07/11	08/11	09/11	10/11
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 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
REFEIÇÃO PRINCIPAL 12:10 20:30	ARROZ FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA: TOMATE FRUTA	ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE OVOS SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ FEIJÃO COXINHA DAS ASAS COM ABOBRINHA SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA: ALFACE	RISOTO (ARROZ COM FRANGO COM LEGUMES E POLPA DE TOMATE) SALADA: COUVE
LANCHE 15:10	LEITE COM CACAU 100% PÃO (6) COM MANTEIGA	LEITE COM CACAU 100% BOLO (7)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO FRUTA	VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	IOGURTE SABOR MORANGO   FRUTA

**CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES. ELABORADO EM 17/10/2023. ATUALIZADO EM 30/10/2023.**

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

**NOVEMBRO 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
Refeição	2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA
	13/11	14/11	15/11	16/11	17/11
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 MARGARINA	LEITE COM CACAU 100% PÃO (2) COM MANTEIGA		LEITE COM CACAU 100% PÃO (4) COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO (5) COM MANTEIGA
REFEIÇÃO PRINCIPAL 12:10 20:30	ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM CHUCHU SALADA: TOMATE	ARROZ   FEIJÃO POLENTA COM RAGU DE LEGUMES E POLPA DE TOMATE SALADA: ACELGA FRUTA	<b>FERIADO NACIONAL</b>	MACARRONADA MACARRÃO PENNE FRANGO COM MILHO E POLPA DE TOMATE SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ FEIJAO SALSICHA COM BETERRABA E POLPA DE TOMATE SALADA: COUVE
LANCHE 15:10	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA (6)	SUCO BOLO (7)		LEITE COM FLOCOS DE MILHO	SALADA DE FRUTAS AVEIA

Refeição	2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA
	20/11	21/11	22/11	23/11	24/11
CAFÉ ENTRADA 7:30		CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE	CAFÉ COM LEITE
LANCHE 9:30		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
REFEIÇÃO PRINCIPAL 12:10 20:30	<b>FERIADO ESTADUAL</b>	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA: ACELGA	ARROZ FEIJÃO COXINHA DAS ASAS COM ABOBORA SALADA: TOMATE	ARROZ FEIJAO CAÇÃO ASSADO COM BATATA E TOMATE SALADA: ALFACE FRUTA	ARROZ FEIJAO CARNE ISCAS COM CENOURA, TOMATE E POLPA DE TOMATE
LANCHE 15:10		VITAMINA: LEITE COM FRUTA BISCOITO AGUA E SAL (6)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO FRUTA	SUCO BOLO (7)	IOGURTE SABOR SALADA DE FRUTAS COM AVEIA FRUTA

**CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES. ELABORADO EM 17/10/2023. ATUALIZADO EM 30/10/2023.**

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

## NOVEMBRO 2023

Refeição	2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA
	27/11	28/11	29/11	30/11	01/12
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 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
REFEIÇÃO PRINCIPAL 12:10 20:30	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA: ACELGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA SALADA: BETERRABA	RISOTO (ARROZ COM CARNE ISCAS, LEGUMES E POLPA DE TOMATE) SALADA: COUVE	ARROZ   FEIJÃO CUSCUZ PAULISTA (FARINHA DE MILHO COM POLPA DE TOMATE, MILHO, ERVILHA, CENOURA E OVOS) SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA
LANCHE 15:10	LEITE COM FLOCOS DE MILHO FRUTA	LEITE COM CACAU 100% BOLO (6)	SUCO PÃO (7) COM MANTEIGA	ARROZ DOCE (CANELA EM PÓ – OPCIONAL)	VITAMINA: LEITE COM FRUTA

### Informação Nutricional

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

**CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES. ELABORADO EM 17/10/2023. ATUALIZADO EM 30/10/2023.**

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