

**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

MARÇO 2019**CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CRECHE (3 ANOS)**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA 04/03	DIA 05/03	DIA 06/03	DIA 07/03	DIA 08/03
-	C A R N A V A L	QUARTA-FEIRA DE CINZAS	-	-
DIA 11/03	DIA 12/03	DIA 13/03	DIA 14/03	DIA 15/03
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO ARROZ CARNE ISCAS COM ABOBORA SALADA: REPOLHO MEL	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ FEIJÃO CUSCUZ COM OVOS, MILHO E ERVILHA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO MACARRÃO PADRE NOSSO A BOLONHESA COM MANDIOCA SALADA: ALFACE FRUTA: MELANCIA	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM REQUEIJÃO RISOTO (ARROZ COM FRANGO DESFiado) COM TOMATE SALADA: COUVE SUCO: UVA	LEITE FLOCOS DE MILHO ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE TOMATE SALADA: ACELGA
DIA 18/03	DIA 19/03	DIA 20/03	DIA 21/03	DIA 22/03
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO ARROZ FRANGO EM PEDAÇO QUIBEBE (ABOBORA MADURA) SALADA: REPOLHO	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM GELÉIA MACARRÃO PARAFUSO CARNE ISCAS COM MANDIOCA SALADA: TOMATE MEL	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO ARROZ FEIJÃO PURE DE BATATA SALADA: COUVE FRUTA: MACA	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DE FORMA COM MANTEIGA ARROZ TUTU DE FEIJÃO CARIOCA COM PERNIL SALADA: ALFACE SUCO: MARACUJÁ	BEBIDA LACTEA SABOR PESSEGO BISCOITO ROSQUINHA ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE
DIA 25/03	DIA 26/03	DIA 27/03	DIA 28/03	DIA 29/03
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE MACARRÃO AVE MARIA PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA COM MILHO E TOMATE SALADA: ACELGA	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM REQUEIJÃO ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE OVOS COM VAGEM E ALHO PORÓ SALADA: ACELGA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FRANGO COM MANDIOCA SALADA: PEPINO MEL	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ FEIJÃO ALMONDEGA COM MOLHO DE TOMATE SALADA: REPOLHO FRUTA: BANANA	BEBIDA LACTEA SABOR SALADA DE FRUTAS BISCOITO ROSQUINHA PÃO COM ATUM, ALFACE E TOMATE SUCO: ABACAXI
ORIENTAÇÕES:	CAFÉ COM LEITE: DEIXAR POTE COM FARINHA DE MILHO E COLHERES	FEIJÃO: DEIXAR POTE COM FARINHA DE MANDIOCA	PREPARAR A REFEIÇÃO E SERVIR PELO PERCÁPITA	ELABORADO EM 25/02/2019

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

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**MARÇO 2019****CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - INFANTIL (4 - 5 ANOS)**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA 04/03	DIA 05/03	DIA 06/03	DIA 07/03	DIA 08/03
-	C A R N A V A L	QUARTA-FEIRA DE CINZAS	-	-
DIA 11/03	DIA 12/03	DIA 13/03	DIA 14/03	DIA 15/03
LEITE COM CHOCOLATE <i>BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO</i> ARROZ CARNE ISCAS COM ABOBORA SALADA: REPOLHO MEL	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ FEIJÃO CUSCUZ COM OVOS, MILHO E ERVILHA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO <i>BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO</i> MACARRÃO PADRE NOSSO A BOLONHESA COM MANDIOCA SALADA: ALFACE FRUTA: MELANCIA	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM REQUEIJÃO RISOTO (ARROZ COM FRANGO DESFIADO) COM TOMATE SALADA: COUVE SUCO: UVA	LEITE FLOCOS DE MILHO ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE TOMATE SALADA: ACELGA
DIA 18/03	DIA 19/03	DIA 20/03	DIA 21/03	DIA 22/03
CAFÉ COM LEITE <i>BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO</i> ARROZ FRANGO EM PEDAÇO QUIBEBE (ABOBORA MADURA) SALADA: REPOLHO	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA MACARRÃO PARAFUSO CARNE ISCAS COM MANDIOCA SALADA: TOMATE MEL	CAFÉ COM LEITE <i>BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO</i> ARROZ FEIJÃO PURE DE BATATA SALADA: COUVE FRUTA: MAÇA	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DE FORMA COM MANTEIGA ARROZ TUTU DE FEIJÃO CARIOCA COM PERNIL SALADA: ALFACE SUCO: MARACUJÁ	BEBIDA LACTEA SABOR PESSEGO BISCOITO ROSQUINHA ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE
DIA 25/03	DIA 26/03	DIA 27/03	DIA 28/03	DIA 29/03
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE MACARRÃO AVE MARIA PROTEINA TEXTURIZADA DE SOJA COM MILHO E TOMATE SALADA: ACELGA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM REQUEIJÃO ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM VAGEM E ALHO PORÓ SALADA: ACELGA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FRANGO COM MANDIOCA SALADA: PEPINO MEL	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ FEIJÃO ALMONDEGA COM MOLHO DE TOMATE SALADA: REPOLHO FRUTA: BANANA	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA PÃO COM ATUM, ALFACE E TOMATE SUCO: ABACAXI
ORIENTAÇÕES:	CAFÉ COM LEITE: DEIXAR POTE COM FARINHA DE MILHO E COLHERES	FEIJÃO: DEIXAR POTE COM FARINHA DE MANDIOCA	PREPARAR A REFEIÇÃO E SERVIR PELO PERCÁPITA	ELABORADO EM 25/02/2019

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
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

MARÇO 2019

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - FUNDAMENTAL (6 - 15 ANOS)

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA 04/03	DIA 05/03	DIA 06/03	DIA 07/03	DIA 08/03
-	CARNIVAL	QUARTA-FEIRA DE CINZAS	-	-
DIA 11/03	DIA 12/03	DIA 13/03	DIA 14/03	DIA 15/03
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO ARROZ CARNE ISCAS COM ABOBORA SALADA: REPOLHO MEL	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCES COM MANTEIGA ARROZ FEIJÃO CUSCUZ COM OVOS, MILHO E ERVILHA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA COM MANDIOCA SALADA: ALFACE FRUTA: MELANCIA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM REQUEIJÃO RISOTO (ARROZ COM FRANGO DESFIADO) COM TOMATE SALADA: COUVE SUCO: UVA	LEITE FLOCOS DE MILHO ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE TOMATE SALADA: ACELGA
DIA 18/03	DIA 19/03	DIA 20/03	DIA 21/03	DIA 22/03
CAFÉ COM LEITE BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO ARROZ COXINHA DAS ASAS QUIBEBE (ABOBORA MADURA) SALADA: REPOLHO	LEITE COM CHOCOLATE PÃO FRANCES COM MANTEIGA MACARRÃO PARAFUSO CARNE ISCAS COM MANDIOCA SALADA: TOMATE MEL	CAFÉ COM LEITE BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO ARROZ FEIJÃO PURE DE BATATA SALADA: COUVE FRUTA: MAÇA	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DE FORMA COM MANTEIGA ARROZ TUTU DE FEIJÃO CARIOCA COM PERNIL SALADA: ALFACE SUCO: MARACUJÁ	BEBIDA LACTEA SABOR PESSEGO BISCOITO ROSQUINHA ARROZ FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE
DIA 25/03	DIA 26/03	DIA 27/03	DIA 28/03	DIA 29/03
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE MACARRÃO ESPAGUETE PROTEINA TEXTURIZADA DE SOJA COM MILHO E TOMATE SALADA: ACELGA	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCES COM REQUEIJÃO ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM VAGEM E ALHO PORÓ SALADA: ACELGA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FRANGO COM MANDIOCA SALADA: PEPINO MEL	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ FEIJÃO ALMONDEGA COM MOLHO DE TOMATE SALADA: REPOLHO FRUTA: BANANA	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA PÃO COM ATUM, ALFACE E TOMATE SUCO: ABACAXI
ORIENTAÇÕES:	CAFÉ COM LEITE: DEIXAR POTE COM FARINHA DE MILHO E COLHERES	FEIJÃO: DEIXAR POTE COM FARINHA DE MANDIOCA	PREPARAR A REFEIÇÃO E SERVIR PELO PERCÁPITA	ELABORADO EM 25/02/2019

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

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

MARÇO 2019

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

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA 04/03	DIA 05/03	DIA 06/03	DIA 07/03	DIA 08/03
-	CARNIVAL	QUARTA-FEIRA DE CINZAS	-	-
DIA 11/03	DIA 12/03	DIA 13/03	DIA 14/03	DIA 15/03
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO ARROZ CARNE ISCAS COM ABOBORA SALADA: REPOLHO	CAFÉ COM LEITE BISCOITO DOCE ARROZ FEIJÃO CUSCUZ COM OVOS, MILHO E ERVILHA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA COM MANDIOCA SALADA: ALFACE FRUTA: MELANCIA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA RISOTO (ARROZ COM FRANGO DESFIADO) COM TOMATE SALADA: COUVE SUCO: UVA	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE TOMATE SALADA: ACELGA
DIA 18/03	DIA 19/03	DIA 20/03	DIA 21/03	DIA 22/03
CAFÉ COM LEITE BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO ARROZ COXINHA DAS ASAS QUIBEBE (ABOBORA MADURA) SALADA: REPOLHO	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE MACARRÃO PARAFUSO CARNE ISCAS COM MANDIOCA SALADA: TOMATE MEL	CAFÉ COM LEITE BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO ARROZ FEIJÃO PURE DE BATATA SALADA: COUVE FRUTA: MAÇA	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ TUTU DE FEIJÃO CARIOCA COM PERNIL SALADA: ALFACE SUCO: MARACUJÁ	CAFÉ COM LEITE BISCOITO DOCE ARROZ FEIJÃO ÇAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE
DIA 25/03	DIA 26/03	DIA 27/03	DIA 28/03	DIA 29/03
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE MACARRÃO ESPAGUETE PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA COM MILHO E TOMATE SALADA: ACELGA	CAFÉ COM LEITE BISCOITO DOCE ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE OVOS COM VAGEM E ALHO PORÓ SALADA: ACELGA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FRANGO COM MANDIOCA SALADA: PEPINO MEL	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ FEIJÃO ALMONDEGA COM MOLHO DE TOMATE SALADA: REPOLHO FRUTA: BANANA	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ ATUM SALADA: ALFACE E TOMATE SUCO: ABACAXI
ORIENTAÇÕES:	CAFÉ COM LEITE: DEIXAR POTE COM FARINHA DE MILHO E COLHERES	FEIJÃO: DEIXAR POTE COM FARINHA DE MANDIOCA	PREPARAR A REFEIÇÃO E SERVIR PELO PERCÁPITA	ELABORADO EM 25/02/2019

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.