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

FEVEREIRO 2019

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CRECHE (3 ANOS)

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA 04/02	**DIA 05/02**	**DIA 06/02**	**DIA 07/02**	**DIA 08/02**
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM GELÉIA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO SALGADO	VITAMIINA DE ABACATE PÃO DOCE COM MANTEIGA	BEBIDA LACTEA SABOR MORANGO BISCOITO ROSQUINHA
DIA 11/02	**DIA 12/02**	**DIA 13/02**	**DIA 14/02**	**DIA 15/02**
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO SALGADO ARROZ | FEIJÃO PROTEINA TEXTURIZADA DE SOJA COM BATATA SALADA: ACELGA | MEL	VITAMIINA DE ABACATE PÃO DOCE COM MANTEIGA MACARRÃO PARAFUSO COM ATUM SALADA: COUVE FRUTA: MAÇA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO |BISCOITO AGUA E SAL ARROZ | FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM MILHO ERVILHA SALADA: ALFACE	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM REQUEIJÃO ARROZ CARNE EM ISCAS COM MANDIOCA SALADA: CENOURA FRUTA: BANANA	BEBIDA LACTEA SABOR PESSEGO BISCOITO ROSQUINHA ARROZ | LENTILHA QUIBE DE FORNO SALADA: BETERRABA SUCO
DIA 18/02	**DIA 19/02**	**DIA 20/02**	**DIA 21/02**	**DIA 22/02**
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE MACARRÃO COM CARNE ISCAS SALADA: REPOLHO SUCO	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM GELÉIA ARROZ | FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA: ALFACE MEL	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO |BISCOITO AGUA E SAL ARROZ COM BRÓCOLIS FRANGO EM PEDAÇOS SALADA: TOMATE FRUTA: MAÇA	VITAMIINA DE ABACATE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ | FEIJÃO PRETO COM PERNIL SALADA: COUVE	BEBIDA LACTEA SABOR SALADA DE FRUTAS BISCOITO SALGADO ARROZ | FRANGO EM PEDAÇOS SALADA: CENOURA FRUTA: BANANA
DIA 25/02	**DIA 26/02**	**DIA 27/02**	**DIA 28/02**	**DIA 01/03**
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ | FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE TOMATE SALADA: ACELGA | MEL	VITAMIINA DE ABACATE PÃO DOCE COM REQUEIJÃO MACARRÃO COM ALMONDEGAS SALADA: PEPINO FRUTA: MAÇA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO SALGADO ARROZ | FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ | FEIJÃO OVO COZIDO SALADA: COUVE	BEBIDA LACTEA SABOR MORANGO BISCOITO ROSQUINHA PÃO COM FRANGO DESFIADO COM BETERRABA E TOMATE SUCO | FRUTA: BANANA
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 PERCAPITA	ELABORADO EM 18/01/2019

Informação Nutricional: Média por categoria.

Informação Nutricional

Categoria	*Média*	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Fibras (g)	Vitaminas A (µg)	Vitaminas C (mg)	Minerais (mg) Cálcio	Minerais (mg) Ferro	Minerais (mg) Magnésio	Minerais (mg) 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

FEVEREIRO 2019

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - INFANTIL (4 - 5 ANOS)

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA 04/02	**DIA 05/02**	**DIA 06/02**	**DIA 07/02**	**DIA 08/02**
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE PÃO COM CARNE ISCAS COM BETERRABA E TOMATE SUCO	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ | FEIJÃO FRANGO COM ABOBORA SALADA: REPOLHO	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO SALGADO MACARRÃO A BOLONHESA SALADA: COUVE FRUTA: BANANA	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ | FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM ALHO PORÓ SALADA: ALFACE	BEBIDA LACTEA SABOR MORANGO BISCOITO ROSQUINHA RISOTO COM ABOBRINHA SALADA: TOMATE MEL
DIA 11/02	**DIA 12/02**	**DIA 13/02**	**DIA 14/02**	**DIA 15/02**
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO SALGADO ARROZ | FEIJÃO PROTEINA TEXTURIZADA DE SOJA COM BATATA SALADA: ACELGA | MEL	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA MACARRÃO PARAFUSO COM ATUM SALADA: COUVE FRUTA: MAÇA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO |BISCOITO AGUA E SAL ARROZ | FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM MILHO ERVILHA SALADA: ALFACE	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM REQUEIJÃO ARROZ CARNE EM ISCAS COM MANDIOCA SALADA: CENOURA SUCO	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA ARROZ | LENTILHA QUIBE DE FORNO SALADA: BETERRABA
DIA 18/02	**DIA 19/02**	**DIA 20/02**	**DIA 21/02**	**DIA 22/02**
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE MACARRÃO COM CARNE ISCAS SALADA: REPOLHO SUCO	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ | FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA: ALFACE	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO |BISCOITO AGUA E SAL ARROZ COM BRÓCOLIS FRANGO EM PEDAÇOS SALADA: TOMATE MEL	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ | FEIJÃO PRETO COM PERNIL SALADA: COUVE	BEBIDA LACTEA SABOR SALADA DE FRUTAS BISCOITO SALGADO ARROZ | FRANGO EM PEDAÇOS SALADA: CENOURA FRUTA: BANANA
DIA 25/02	**DIA 26/02**	**DIA 27/02**	**DIA 28/02**	**DIA 01/03**
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ | FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE TOMATE SALADA: ACELGA | MEL	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM REQUEIJÃO MACARRÃO COM ALMONDEGAS SALADA: PEPINO FRUTA: MAÇA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO SALGADO ARROZ | FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ | FEIJÃO OVO COZIDO SALADA: COUVE	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA PÃO COM FRANGO DESFIADO COM BETERRABA E TOMATE SUCO
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 PERCAPITA	ELABORADO EM 18/01/2019

Informação Nutricional: Média por categoria.

Informação Nutricional

Categoria	*Média*	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Fibras (g)	Vitaminas A (µg)	Vitaminas C (mg)	Minerais (mg) Cálcio	Minerais (mg) Ferro	Minerais (mg) Magnésio	Minerais (mg) 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

FEVEREIRO 2019

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - FUNDAMENTAL (6 - 15 ANOS)

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA 04/02	**DIA 05/02**	**DIA 06/02**	**DIA 07/02**	**DIA 08/02**
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE PÃO COM CARNE ISCAS COM BETERRABA E TOMATE SUCO	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCES COM MANTEIGA ARROZ | FEIJÃO FRANGO COM ABOBORA SALADA: REPOLHO	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO | BISCOITO SALGADO MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA SALADA: COUVE FRUTA: BANANA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ | FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM ALHO PORÓ SALADA: ALFACE	BEBIDA LACTEA SABOR MORANGO BISCOITO ROSQUINHA RISOTO COM ABOBRINHA SALADA: TOMATE MEL
DIA 11/02	**DIA 12/02**	**DIA 13/02**	**DIA 14/02**	**DIA 15/02**
CAFÉ COM LEITE BISCOITO SALGADO ARROZ | FEIJÃO PROTEINA TEXTURIZADA DE SOJA COM BATATA SALADA: ACELGA | MEL	LEITE COM CHOCOLATE PÃO FRANCES COM MANTEIGA MACARRÃO PARAFUSO COM ATUM SALADA: COUVE FRUTA: MAÇA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO |BISCOITO AGUA E SAL ARROZ | FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM MILHO ERVILHA SALADA: ALFACE	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO ARROZ CARNE EM ISCAS COM MANDIOCA SALADA: CENOURA SUCO	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA ARROZ | LENTILHA QUIBE DE FORNO SALADA: BETERRABA
DIA 18/02	**DIA 19/02**	**DIA 20/02**	**DIA 21/02**	**DIA 22/02**
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE MACARRÃO ESPAGUETE COM CARNE ISCAS SALADA: REPOLHO SUCO	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCES COM MANTEIGA ARROZ | FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA: ALFACE	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO |BISCOITO AGUA E SAL ARROZ COM BRÓCOLIS COXINHA DAS ASAS SALADA: TOMATE MEL	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA ARROZ | FEIJÃO PRETO COM PERNIL SALADA: COUVE	BEBIDA LACTEA SABOR SALADA DE FRUTAS BISCOITO SALGADO ARROZ | FRANGO EM PEDAÇOS SALADA: CENOURA FRUTA: BANANA
DIA 25/02	**DIA 26/02**	**DIA 27/02**	**DIA 28/02**	**DIA 01/03**
CAFÉ COM LEITE BISCOITO DOCE ARROZ | FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE TOMATE SALADA: ACELGA | MEL	LEITE COM CHOCOLATE PÃO FRANCES COM REQUEIJÃO MACARRÃO PENNE COM ALMONDEGAS SALADA: PEPINO FRUTA: MAÇA	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO | BISCOITO SALGADO ARROZ | FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DE FORMA COM MANTEIGA ARROZ | FEIJÃO OVO COZIDO SALADA: COUVE	CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA PÃO COM FRANGO DESFIADO COM BETERRABA E TOMATE SUCO
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 PERCAPITA	ELABORADO EM 18/01/2019

Informação Nutricional: Média por categoria.

Informação Nutricional

Categoria Fundamental		Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídios	Fibras	Vitaminas		Minerais (mg)			
		(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	A (µg)	C (mg)	Cálcio	Ferro	Magnésio	Zinco
6 - 10 anos	***Média***	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

FEVEREIRO 2019

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

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA 04/02	**DIA 05/02**	**DIA 06/02**	**DIA 07/02**	**DIA 08/02**
COMPOSTO LACTEA SABOR MORANGO BISCOITO DOCE ARROZ COM CARNE ISCAS COM BETERRABA E TOMATE SUCO	CAFÉ COM LEITE BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO ARROZ | FEIJÃO FRANGO COM ABOBORA SALADA: REPOLHO	COMPOSTO LACTEA SABOR MORANGO |BISCOITO AGUA E SAL MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA SALADA: COUVE FRUTA: BANANA	CAFÉ COM LEITE BOLO SIMPLES ARROZ | FEIJÃO FAROFA DE OVOS COM ALHO PORÓ SALADA: ALFACE	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO RISOTO COM ABOBRINHA SALADA: TOMATE MEL
DIA 11/02	**DIA 12/02**	**DIA 13/02**	**DIA 14/02**	**DIA 15/02**
CAFÉ COM LEITE BISCOITO DOCE ARROZ | FEIJÃO PROTEINA TEXTURIZADA DE SOJA COM BATATA SALADA: ACELGA | MEL	COMPOSTO LACTEA SABOR MORANGO |BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO MACARRÃO PARAFUSO COM ATUM SALADA: COUVE | FRUTA: MAÇA	CAFÉ COM LEITE BOLO SIMPLES ARROZ | FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM MILHO ERVILHA SALADA: ALFACE	COMPOSTO LACTEA SABOR MORANGO | PÃO DOCE COM PÃO DOCE COM MARGARINA ARROZ | CARNE EM ISCAS COM MANDIOCA SALADA: CENOURA | SUCO	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO ARROZ | LENTILHA QUIBE DE FORNO SALADA: BETERRABA
DIA 18/02	**DIA 19/02**	**DIA 20/02**	**DIA 21/02**	**DIA 22/02**
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE MACARRÃO ESPAGUETE COM CARNE ISCAS SALADA: REPOLHO SUCO	CAFÉ COM LEITE BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO ARROZ | FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA: ALFACE	COMPOSTO LACTEA SABOR MORANGO |BISCOITO AGUA E SAL ARROZ COM BRÓCOLIS COXINHA DAS ASAS SALADA: TOMATE MEL	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MARGARINA ARROZ | FEIJÃO PRETO COM PERNIL SALADA: COUVE	COMPOSTO LACTEA SABOR MORANGO | BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO ARROZ | FRANGO EM PEDAÇOS SALADA: CENOURA FRUTA: BANANA
DIA 25/02	**DIA 26/02**	**DIA 27/02**	**DIA 28/02**	**DIA 01/03**
CAFÉ COM LEITE BISCOITO DOCE ARROZ | FEIJÃO POLENTA COM MOLHO DE TOMATE SALADA: ACELGA | MEL	COMPOSTO LACTEA SABOR MORANGO |BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO MACARRÃO PENNE COM ALMONDEGAS SALADA: PEPINO | FRUTA: MAÇA	CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL ARROZ | FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE	COMPOSTO LACTEA SABOR MORANGO PÃO DOCE COM MARGARINA ARROZ | FEIJÃO OVO COZIDO SALADA: COUVE	CAFÉ COM LEITE BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO ARROZ COM FRANGO DESFIADO COM BETERRABA E TOMATE SUCO
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 PERCAPITA	ELABORADO EM 24/01/2019

Informação Nutricional: Média por categoria.

Informação Nutricional

Categoria	*Média*	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Fibras (g)	Vitaminas A (µg)	Vitaminas C (mg)	Minerais (mg) Cálcio	Minerais (mg) Ferro	Minerais (mg) Magnésio	Minerais (mg) 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.