



MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA

Diretoria Municipal de Educação | Alimentação Escolar | Cozinha Piloto 3671-2488

E-mail: merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

MARÇO / 2025

CARDÁPIO 02/2025		ETAPA DE ENSINO FUNDAMENTAL I ZONA URBANA		FAIXA ETÁRIA: 6 A 10 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEF CORONEL DOMINGUES DE CASTRO													
Horário Tipo de Refeição		2º SEGUNDA-FEIRA 03/03	3º TERÇA-FEIRA 04/03	4º QUARTA-FEIRA 05/03	5º QUINTA-FEIRA 06/03	6º SEXTA-FEIRA 07/03													
Manhã 6:45 Café 9:00 Refeição Principal					CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA SABOR COCO (1)	LEITE COM CACAU 100% BISCOITO AGUA E SAL (1)													
Tarde 15:00 Refeição Principal		CARNAVAL PONTO FACULTATIVO <small>Decreto Municipal nº. 20, de 29 de janeiro de 2025.</small>	CARNAVAL PONTO FACULTATIVO <small>Decreto Municipal nº. 20, de 29 de janeiro de 2025.</small>	CARNAVAL PONTO FACULTATIVO ATÉ ÀS 12H <small>Decreto Municipal nº. 20, de 29 de janeiro de 2025.</small>	ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO FAROFA DE OVOS SALADA: CENOURA													
Informação Nutricional <table border="1"> <tr> <td>Proteínas (g)</td> <td>15,56</td> </tr> <tr> <td>Lípidios (g)</td> <td>12,25</td> </tr> <tr> <td>Carboidrato (g)</td> <td>40,13</td> </tr> <tr> <td>Energia (kcal)</td> <td>332,96</td> </tr> <tr> <td>Média</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Categoria Fundamental</td> <td>6 - 10 anos</td> </tr> </table>		Proteínas (g)	15,56	Lípidios (g)	12,25	Carboidrato (g)	40,13	Energia (kcal)	332,96	Média		Categoria Fundamental	6 - 10 anos	10/03	11/03	12/03	13/03	14/03	
		Proteínas (g)	15,56																
		Lípidios (g)	12,25																
		Carboidrato (g)	40,13																
		Energia (kcal)	332,96																
		Média																	
		Categoria Fundamental	6 - 10 anos																
		CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA SABOR COCO (1)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE (2) C/ MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (3) C/ MARGARINA	IOGURTE SABOR SALADA DE FRUTAS													
		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA SALADA: CENOURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM ERVILHA SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO OVO COZIDO SALADA: "TABULE" (TRIGO PARA QUIBE COM TOMATE E CEBOLA) FRUTA: BANANA	ARROZ TUTU DE FEIJÃO (FEIJÃO COM FARINHA DE MANDIOCA, LINGUIÇA E CEBOLA) SALADA: ALFACE E TOMATE	ARROZ FEIJÃO COXINHA DAS ASAS SALADA: BATATA FRUTA: MAÇA													
		17/03	18/03	19/03	20/03	21/03													
CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA SABOR CHOCOLATE (1)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (2) C/ MANTEIGA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE (3) C/ MANTEIGA	VITAMINA (LEITE COM FRUTA E AVEIA)															
ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: CENOURA	ARROZ FEIJÃO POLENTA COM CARNE MOIDA SALADA: "TABULE" (TRIGO PARA QUIBE COM TOMATE E CEBOLA) FRUTA: BANANA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO (FRANGO EM PEDAÇO COM POLPA DE TOMATE, LEITE E AMIDO DE MILHO OU TRIGO). SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO COXINHA DAS ASAS SALADA: ALFACE	ARROZ FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA: MAÇA															
24/03	25/03	26/03	27/03	28/03															
CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA SABOR COCO (1)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE (2) C/ MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (3) C/ MARGARINA	VITAMINA (LEITE COM FRUTA E AVEIA)															
ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM MILHO SALADA: CENOURA	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA: TOMATE FRUTA: BANANA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA SALADA: REPOLHO	MACARRÃO ESPAGUETE COM SALSICHA COM POLPA DE TOMATE E CENOURA SALADA: ALFACE	RISOTO DE FRANGO (ARROZ, FRANGO DESFIADO COM CENOURA, MILHO, ERVILHA E POLPA DE TOMATE) FEIJÃO SALADA: ALFACE FRUTA: MAÇA															

SEGUE CARDÁPIO DE MARÇO PARA LISTA DE COMPRA - EM ELABORAÇÃO.



Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 17/02/2025. Atualizado em 27/02/2025. Natália Irina - Nutricionista CRN 3 22325.

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

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