

**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

DEZEMBRO 2018**CARDÁPIO nº 42 ALIMENTAÇÃO ESCOLAR | CRECHE (3 ANOS)**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA 03/12	DIA 04/12	DIA 05/12	DIA 06/12	DIA 07/12
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ ALMONDEGA SALADA: REPOLHO MEL	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ÁGUA E SAL RISOTO (ARROZ COM FRANGO E LEGUMES) SALADA: BETERRABA SUCO	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA ARROZ PEIXE – CAÇÃO ASSADO COM BATATA SALADA: ALFACE	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ CARNE ISCAS COM CENOURA SALADA: TOMATE	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FEIJOADA (FEIJÃO PRETO COM PERNIL EM CUBOS) SALADA: COUVE

Informação Nutricional: Média por categoria.

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

CARDÁPIO nº 42 | ALIMENTAÇÃO ESCOLAR | PRÉ-ESCOLA (4 - 5 ANOS)

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA 03/12	DIA 04/12	DIA 05/12	DIA 06/12	DIA 07/12
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ ALMONDEGA SALADA: REPOLHO MEL	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ÁGUA E SAL RISOTO (ARROZ COM FRANGO E LEGUMES) SALADA: BETERRABA SUCO	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA ARROZ PEIXE – CAÇÃO ASSADO COM BATATA SALADA: ALFACE	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE ARROZ CARNE ISCAS COM CENOURA SALADA: TOMATE	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ÁGUA E SAL ARROZ FEIJOADA (FEIJÃO PRETO COM PERNIL EM CUBOS) SALADA: COUVE

Informação Nutricional: Média por categoria.

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

Informação
Nutricional

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.

Natália Irina
Nutricionista
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

DEZEMBRO 2018**CARDÁPIO nº 42 - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - FUNDAMENTAL (6 - 15 ANOS)**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA 03/12	DIA 04/12	DIA 05/12	DIA 06/12	DIA 07/12
LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DOCE	CAFÉ COM LEITE BISCOITO ÁGUA E SAL	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ROSQUINHA	CAFÉ COM LEITE BISCOITO DOCE	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO ÁGUA E SAL
MACARRÃO ESPAGUETE ALMONDEGA SALADA: REPOLHO MEL	RISOTO (ARROZ COM FRANGO E LEGUMES) SALADA: BETERRABA SUÇO	ARROZ PEIXE – CAÇÃO ASSADO COM BATATA SALADA: ALFACE	ARROZ CARNE ISCAS COM CENOURA SALADA: TOMATE	ARROZ FEIJOADA (FEIJÃO PRETO COM PERNIL EM CUBOS) SALADA: COUVE

Informação Nutricional: Média por categoria.

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

CARDÁPIO nº 42 - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - ENSINO MÉDIO - EE MONSENHOR IGNÁCIO GIOIA - PERÍODO PARCIAL

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DIA 03/12	DIA 04/12	DIA 05/12	DIA 06/12	DIA 07/12
COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BOLO DE FUBÁ ARROZ	CAFÉ COM LEITE BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO	LEITE COM CHOCOLATE BOLO DE FUBÁ	CAFÉ COM LEITE BISCOITO DOCE	COMPOSTO LACTEO SABOR MORANGO BISCOITO SALGADO TIPO APERITIVO
MACARRÃO ESPAGUETE ALMONDEGA SALADA: REPOLHO	RISOTO (ARROZ COM FRANGO E LEGUMES) SALADA: BETERRABA SUÇO	ARROZ PEIXE – CAÇÃO ASSADO COM BATATA SALADA: ALFACE	ARROZ CARNE ISCAS COM CENOURA SALADA: TOMATE	ARROZ FEIJOADA (FEIJÃO PRETO COM PERNIL EM CUBOS) SALADA: COUVE

*TODOS OS DIAS DE FEIJÃO DEIXAR UM POTE COM FARINHA DE MANDIOCA.

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

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.

Natália Irina
Nutricionista
CRN 3 - 22325

