



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

OUTUBRO / 2024

CARDÁPIO 09/2024 ALIMENTAÇÃO ESCOLAR		ETAPA DE ENSINO PRÉ ESCOLA FUNDAMENTAL I E II ZONA RURAL		FAIXA ETÁRIA: 11 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL - TARDE		EMEIEF JOÃO GONÇALVES DOS SANTOS					
Horário		2º SEGUNDA-FEIRA		3º TERÇA-FEIRA		4º QUARTA-FEIRA		5º QUINTA-FEIRA		6º SEXTA-FEIRA	
Tipo de Refeição		30/09		01/10		02/10		03/10		04/10	
Manhã		CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA (1)		LEITE COM FLOCOS DE MILHO OU AVEIA		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (2) C/ MANTEIGA		LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE (3) C/ MARGARINA		VITAMINA (LEITE COM FRUTA E AVEIA)	
7:40 Café		MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA (CARNE MOIDA COM POLPA DE TOMATE)		MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA (CARNE MOIDA COM POLPA DE TOMATE)		ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM ABOBRINHA SALADA: CENOURA RALADA		ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM ABOBRINHA SALADA: CENOURA RALADA		ARROZ FEIJÃO FAROFÁ DE OVOS SALADA: COUVE FRUTA	
10:00 10:25 10:50 Refeição Principal		SALADA: ACELGA Conselho		SALADA: ACELGA Conselho		Reunião de Pais Sem aula período da tarde		Reunião de Pais Sem aula período da manhã			
Tarde		Sem aula período da tarde		Sem aula período da manhã							
12:30 Refeição Principal		07/10		08/10		09/10		10/10		11/10	
15:00 15:30 Lanche		LEITE COM FLOCOS DE MILHO OU AVEIA		IOGURTE SABOR MORANGO COM FLOCOS DE MILHO OU AVEIA		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (1) C/ MANTEIGA		LEITE COM CACAU 100% PÃO DE FORMA (2) COM REQUEIJÃO		VITAMINA (LEITE COM FRUTA E AVEIA)	
Informação Nutricional		ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: REPOLHO		ARROZ FEIJÃO COXINHA DAS ASAS ASSADA SALADA: REPOLHO		ARROZ PURE DE BATATA SALSICHA COM MOLHO E TOMATE SALADA: COUVE FRUTA		ARROZ ESTROGONOFÉ DE FRANGO BATATA PALHA SALADA: ALFACE		LANCHE: PÃO (3) HAMBURGUER DE CARNE BOVINA QUEIJO MUSSARELA ALFACE E TOMATE SUCO FRUTA	
		14/10		15/10		16/10		17/10		18/10	
		CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL (1)		CAFÉ COM LEITE BISCOITO AGUA E SAL (1)		LEITE COM CACAU 100% PÃO FRANCES (2) COM MANTEIGA		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (3) C/ MANTEIGA		VITAMINA (LEITE COM FRUTA E AVEIA)	
		SUSPENSÃO DE ATIVIDADES		ARROZ FEIJÃO POLENTA CARNE MOIDA COM ORA PRO NOBIS SALADA: ALFACE		ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CREME DE MILHO SALADA: REPOLHO SALADA DE FRUTAS! DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO		ARROZ FEIJÃO QUIBE DE FORNO (CARNE MOIDA E TRIGO PARA QUIBE) SALADA: ALFACE FRUTA		ARROZ FEIJOADA FEIJÃO PRETO COM PERNIL SALADA: COUVE	
		21/10		22/10		23/10		24/10		25/10	
		CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAIZENA (1)		LEITE COM FLOCOS DE MILHO OU AVEIA		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (2) COM MANTEIGA		LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE (3) C/ MARGARINA		VITAMINA (LEITE COM FRUTA E AVEIA)	
		MACARRÃO PENNE A BOLONHESA (CARNE MOIDA COM POLPA DE TOMATE) SALADA: ACELGA FRUTA		ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO COM ESPINAFRE SALADA: COUVE FRUTA		ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM MANDIOCA SALADA: CENOURA RALADA		ARROZ FEIJÃO CAÇÃO ASSADO COM BATATA SALADA: ALFACE E TOMATE		ARROZ FEIJÃO COXINHA DAS ASAS ASSADA COM BATATA SALADA: REPOLHO	
		DIA NACIONAL DA ALIMENTAÇÃO NA ESCOLA									

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
332,96	40,13	15,56	12,25
432,84	52,16	20,22	15,92
Média			
Categoria Fundamental			
Pre Escola 4-5 anos			
6 - 10 anos			
11 - 15 anos			

OBS: Usar copo descartável somente em situação de emergência como falta de água e outros.

Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 05/09/2024. Atualizado em 24/09/2024. Natália Irina - Nutricionista CRN 3 22325.

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





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

OUTUBRO / 2024

	28/10	29/10	30/10	31/10	01/11
		CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA (1)	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE (2) COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (3) C/ MARGARINA	VITAMINA (LEITE COM FRUTA E AVEIA)
	DIA DO FUNCIONÁRIO PUBLICO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA: REPOLHO	RISOTO ARROZ COM FRANGO DESFIADO, POLPA DE TOMATE, MILHO, ERVILHA E CENOURA SALADA: ALFACE E TOMATE FRUTA DIA DA MERENDEIRA	ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM BATATA PURÊ DE ABOBORA SALADA: ACELGA DIA DO SACI	BAIÃO DE DOIS ARROZ, FEIJÃO CARIOCA E LINGUIÇA SALADA: COUVE FRUTA

OBS: Usar copo descartável somente em situação de emergência como falta de água e outros. 

Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 05/09/2024. Atualizado em 24/09/2024. Natália Irina - Nutricionista CRN 3 22325.

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





PREFEITURA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA

PRAÇA DR. OSWALDO CRUZ, 03

CEP: 12140-000

CNPJ: 46.631.248/0001-51



CÓDIGO DE ACESSO

1E1FFF923B474760A51C834D3917DA28

VERIFICAÇÃO DAS ASSINATURAS

Este documento foi assinado digitalmente/eletronicamente pelos seguintes signatários nas datas indicadas

Para verificar a validade das assinaturas acesse o link abaixo

<https://saoluizdoparaitinga.flowdocs.com.br:2096/public/assinaturas/1E1FFF923B474760A51C834D3917DA28>