



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

FEVEREIRO / 2025

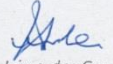
CARDÁPIO 01/2025		ETAPA DE ENSINO PRÉ ESCOLA FUNDAMENTAL I E II ZONA RURAL		FAIXA ETÁRIA: 4 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEIEF JOÃO GONÇALVES DOS SANTOS	
Horário		2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA	
Tipo de Refeição Manhã 7:40 Café 10:00 10:25 10:50 Refeição Principal Tarde 12:30 Refeição Principal 15:00 15:30 Lanche							
Informação Nutricional		10/02	11/02	12/02	13/02	14/02	
		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA (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 MORANGO	
		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM MILHO SALADA: CENOURA	ARROZ FEIJÃO COXINHA DAS ASAS SALADA: REPOLHO FRUTA: BANANA	ARROZ FEIJÃO OVO COZIDO SALADA: TOMATE	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM ERVILHA SALADA: ALFACE FRUTA: MAÇA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA SALADA: ALFACE	
		17/02	18/02	19/02	20/02	21/02	
		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA (1)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (2) C/ MANTEIGA	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE (3) C/ MARGARINA	VITAMINA (LEITE COM FRUTA E AVEIA)	
		ARROZ FEIJÃO COXINHA DAS ASAS COM CENOURA SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO QUIBE DE FORNO (CARNE MOIDA COM FARINHA PARA QUIBE ASSADO SALADA: TOMATE FRUTA: BANANA	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO (FRANGO EM PEDAÇO COM POLPA DE TOMATE, LEITE E AMIDO DE MILHO OU TRIGO). SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO (FEIJÃO PRETO COM LINGUIÇA) SALADA: TOMAGRETE (TOMATE, CEBOLA E VINAGRE) E ALFACE	ARROZ FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA: MAÇA	
		24/02	25/02	26/02	27/02	28/02	
		CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA (1)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE (2) C/ MANTEIGA	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	VITAMINA (LEITE COM FRUTA E AVEIA)	
		ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS SALADA: REPOLHO	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA: TOMATE FRUTA: BANANA	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: REPOLHO	MACARRÃO A BOLONHESA MACARRÃO ESPAGUETE COM CARNE MOIDA COM POLPA DE TOMATE SALADA: ALFACE FRUTA: MAÇA	ÚLTIMA SEXTA DO MÊS: CACHORRO QUENTE: PÃO FRANCÊS (3) COM SALSICHA, POLPA DE TOMATE E CENOURA SUÇO	

Categoria Fundamental	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Média		
					Pre Escola 4-5 anos	6 - 10 anos	11 - 15 anos
	266,36	32,1	12,44	9,8			
	332,96	40,13	15,56	12,25			
	432,84	52,16	20,22	15,92			

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

Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 08/01/2025. Atualizado em 03/02/2025. 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