



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

ABRIL / 2025

CARDÁPIO 03/2025				ETAPA DE ENSINO PRÉ ESCOLA FUNDAMENTAL I E II ZONA RURAL		FAIXA ETÁRIA: 4 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEIEF JOÃO PEREIRA LOPES																						
Horário Tipo de Refeição Manhã 7:40 Café 10:00 Refeição Principal Tarde 15:30 Refeição Principal Informação Nutricional <table><tr><td rowspan="4">Categoria Fundamental</td><td rowspan="4">Pre Escola 4-5 anos</td><td rowspan="4">6 - 10 anos</td><td rowspan="4">11 - 15 anos</td><td rowspan="4">Energia (kcal)</td><td rowspan="4">Carboidrato (g)</td><td rowspan="4">Proteínas (g)</td><td rowspan="4">Lipídios (g)</td><td colspan="2"></td></tr><tr><td>266,36</td><td>32,1</td></tr><tr><td>332,96</td><td>40,13</td></tr><tr><td>432,84</td><td>52,16</td></tr><tr><td colspan="2">Média</td><td colspan="2"></td></tr></table>	Categoria Fundamental	Pre Escola 4-5 anos	6 - 10 anos	11 - 15 anos	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)			266,36	32,1	332,96	40,13	432,84	52,16	Média				2º SEGUNDA-FEIRA		3º TERÇA-FEIRA		4º QUARTA-FEIRA		5º QUINTA-FEIRA		6º SEXTA-FEIRA	
									Categoria Fundamental	Pre Escola 4-5 anos	6 - 10 anos	11 - 15 anos	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)														
																	266,36	32,1												
																	332,96	40,13												
	432,84	52,16																												
	Média																													
	31/03		01/04		02/04		03/04		04/04																					
	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/ MARGARINA		VITAMINA (LEITE COM FRUTA E AVEIA)																					
	ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: CENOURA		ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO SALADA: REPOLHO FRUTA: BANANA		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM MILHO SALADA: "TABULE" TRIGO PARA QUIBE COM CEBOLA E TOMATE		ARROZ FEIJÃO COXINHA DAS ASAS COM CENOURA SALADA: REPOLHO		ARROZ FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA: MAÇA																					
	07/04		08/04		09/04		10/04		11/04																					
	CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA SABOR COCO (1)		LEITE COM FLOCOS DE MILHO		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (2) C/ MANTEIGA		LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE (3) C/ MANTEIGA		IOGURTE SABOR MORANGO COM AVEIA																					
	ARROZ FEIJÃO CUSCUZ PAULISTA (FARINHA DE MILHO, OVO COZIDO, TOMATE, CENOURA E POLPA DE TOMATE) SALADA: REPOLHO		ARROZ FEIJÃO CARNE ISCAS COM CENOURA SALADA: TOMATE		ARROZ FEIJÃO SALSICHA SALADA: REPOLHO FRUTA: BANANA		ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA: ALFACE		ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CREME DE MILHO SALADA: ALFACE FRUTA: MAÇA																					
	14/04		15/04		16/04		17/04		18/04																					
	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/ MARGARINA																							
ARROZ FEIJÃO COXINHA DAS ASAS FAROFADA DE PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA SALADA: CENOURA		ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: TOMATE 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 CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE FRUTA: MAÇA		FERIADO Paixão de Cristo Feriado Municipal																						
21/04		22/04		23/04		24/04		25/04																						
		LEITE COM FLOCOS DE MILHO		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (1) C/ MANTEIGA		LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE (2) C/ MANTEIGA		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO ROSQUINHA SABOR COCO (3)																						
FERIADO Segunda-feira de São Benedito Feriado Municipal Tiradentes Feriado Nacional		MACARRÃO PARAFUSO COM CARNE MOIDA COM POLPA DE TOMATE E CENOURA SALADA: REPOLHO		ARROZ FEIJÃO FAROFADA DE OVOS SALADA: "TABULE" TRIGO PARA QUIBE COM CEBOLA E TOMATE FRUTA: BANANA		ARROZ FEIJOADA FEIJÃO PRETO COM CARNE ISCAS SALADA: "TOMAGRETE" (TOMATE, CEBOLA E VINAGRE)		RISOTO DE FRANGO (ARROZ, FRANGO DESFIADO COM CENOURA, MILHO, ERVILHA E POLPA DE TOMATE) FEIJÃO SALADA: ALFACE FRUTA: MAÇA																						

Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 17/03/2025. Atualizado em 31/03/2025. 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



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

ABRIL / 2025

CARDÁPIO 03/2025		ETAPA DE ENSINO PRÉ ESCOLA FUNDAMENTAL I E II ZONA RURAL		FAIXA ETÁRIA: 4 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEIEF JOÃO PEREIRA LOPES																		
Horário Tipo de Refeição Manhã 7:40 Café 10:00 Refeição Principal Tarde 15:30 Refeição Principal Informação Nutricional <table><tr><td rowspan="4">Categoria Fundamental</td><td rowspan="4">Pre Escola 4-5 anos</td><td rowspan="4">Média</td><td>Energia (kcal)</td><td>Carboidrato (g)</td><td>Proteínas (g)</td><td>Lipídios (g)</td></tr><tr><td>266,36</td><td>32,1</td><td>12,44</td><td>9,8</td></tr><tr><td>332,96</td><td>40,13</td><td>15,56</td><td>12,25</td></tr><tr><td>432,84</td><td>52,16</td><td>20,22</td><td>15,92</td></tr></table>	Categoria Fundamental	Pre Escola 4-5 anos	Média	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	266,36	32,1	12,44	9,8	332,96	40,13	15,56	12,25	432,84	52,16	20,22	15,92	2º SEGUNDA-FEIRA	3º TERÇA-FEIRA	4º QUARTA-FEIRA	5º QUINTA-FEIRA	6º SEXTA-FEIRA
				Categoria Fundamental	Pre Escola 4-5 anos	Média	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)														
							266,36	32,1	12,44	9,8														
							332,96	40,13	15,56	12,25														
	432,84	52,16	20,22				15,92																	
28/04	29/04	30/04	01/05	02/05																				
CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA SABOR COCO (1)	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (2) C/ MANTEIGA		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE (3)																				
ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM MILHO SALADA: CENOURA	ARROZ FEIJÃO TROPEIRO (FEIJÃO CARIOCA COM FARINHA DE MANDIOCA, LINGUIÇA, COUVE E OVO) SALADA: TOMATE FRUTA: BANANA	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO COM CENOURA SALADA: REPOLHO	FERIADO Dia Mundial do Trabalho Feriado Nacional	ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: BATATA FRUTA: MAÇA																				

Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 17/03/2025. Atualizado em 31/03/2025. 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