



# MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA

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

Email: merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

ABRIL

2024

CARDÁPIO 03/2024 ALIMENTAÇÃO ESCOLAR		ETAPA DE ENSINO PRÉ ESCOLA FUNDAMENTAL I E II   ZONA RURAL		FAIXA ETÁRIA: 4 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEIEF JOÃO PEREIRA LOPES					
Horário		2º SEGUNDA-FEIRA		3º TERÇA-FEIRA		4º QUARTA-FEIRA		5º QUINTA-FEIRA		6º SEXTA-FEIRA	
Tipo de Refeição		01/04		02/04		03/04		04/04		05/04	
Manhã 7:40 Café				CAFÉ COM LEITE BISCOITO DOCE		LEITE FLOCOS DE MILHO		LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA		CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA	
10:00 Refeição Principal		<b>FERIADO MUNICIPAL</b>		ARROZ INTEGRAL   FEIJÃO CARNE MOIDA COM ABOBRINHA SALADA: REPOLHO		RISOTO COM FRANGO (ARROZ COM FRANGO DESFIAO, POLPA DE TOMATE, MILHO E ERVILHA) CENOURA COZIDA SALADA: ALFACE FRUTA		ARROZ FEIJOADA (FEIJÃO PRETO COM PERNIL E LINGUIÇA ) SALADA: COUVE		ARROZ   FEIJÃO ATUM COM BATATA SALADA: TOMATE FRUTA	
Tarde 15:30 Refeição Principal		08/04		09/04		10/04		11/04		12/04	
		CAFÉ COM LEITE BISCOITO DOCE		LEITE COM CACAU 100% PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA		LEITE FLOCOS DE MILHO		LEITE COM CACAU 100% PÃO DOCE COM MANTEIGA		IOGURTE SABOR MORANGO	
<b>Informação Nutricional</b>		ARROZ   FEIJÃO FAROFÁ DE OVOS (OVO, FARINHA DE MILHO, CENOURA E TOMATE) SALADA: ACELGA FRUTA		MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA (CARNE MOIDA COM POLPA DE TOMATE) SALADA: COUVE] FRUTA		ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO BATATA SAUTÉ SALADA: ALFACE		ARROZ   FEIJAO CARNE ISCAS COM BATATA SALADA: REPOLHO		ARROZ INTEGRAL   FEIJÃO COXINHA DA ASAS COM CENOURA SALADA: TOMATE	
		15/04		16/04		17/04		18/04		19/04	
		LEITE COM CACAU 100% BISCOITO AGUA E SAL		CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA		LEITE FLOCOS DE MILHO		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA		VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	
		ARROZ   FEIJÃO SALSICHA COM POLPA DE TOMATE E BETERRABA SALADA: REPOLHO		ARROZ   FEIJÃO QUIBE DE FORNO (TRIGO PARA QUIBE E CARNE MOIDA) SALADA: ALFACE		ARROZ   FEIJÃO FRANGO COM ABOBORA SALADA: TOMATE		RISOTO COM CARNE ISCAS (ARROZ COM CARNE ISCAS, POLPA DE TOMATE, MILHO E ERVILHA) SALADA: COUVE FRUTA		MACARRÃO PENNE COM POLPA DE TOMATE FRANGO SALADA: ACELGA FRUTA	
		22/04		23/04		24/04		25/04		26/04	
		CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA		LEITE COM CACAU 100% PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA		LEITE FLOCOS DE MILHO		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA		VITAMINA: LEITE COM FRUTA E AVEIA	
		ARROZ   FEIJÃO POLENTA COM RAGU DE LEGUMES (LEGUMES COM POLPA DE TOMATE) SALADA: ACELGA FRUTA		ARROZ   FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: COUVE		ARROZ   FEIJÃO OVO COZIDO SALADA: ALFACE FRUTA		ARROZ   LENTILHA COXINHA DA ASAS COM BATATA DOCE SALADA: ERVILHA COM TOMATE E CEBOLA		ARROZ   FEIJÃO CAÇÃO COM BATATA SALADA: ALFACE	
		<b>Média</b>									
Categoria Fundamental		Energia (kcal)		Carboidrato (g)		Proteínas (g)		Lipídios (g)			
Pré Escola 4-5 anos		266,36		32,1		12,44		9,8			
6 - 10 anos		332,96		40,13		15,56		12,25			
11 - 15 anos		432,84		52,16		20,22		15,92			

Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 20/03/2024. Atualizado em 21/03/2024.

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

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



## MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA

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

Email: merendaescolar@saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

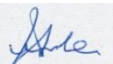
ABRIL

2024

	29/04	30/04	MAIO - 01/05	02/05	03/05
	CAFÉ COM LEITE BISCOITO DOCE	LEITE COM CACAU 100% PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE COM MANTEIGA	LEITE FLOCOS DE MILHO
	ARROZ   FEIJÃO FRANGO COM CENOURA SALADA: REPOLHO	ARROZ   FEIJÃO CARNE MOIDA COM TOMATE SALADA: ALFACE FRUTA	FERIADO	ARROZ   FEIJÃO CARNE ISCAS COM BATATA SALADA: BETERRABA	ARROZ   FEIJÃO FRANGO COM MILHO SALADA: CENOURA FRUTA

**Cardápio sujeito a alterações. Elaborado em 20/03/2024. Atualizado em 21/03/2024.**

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

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