



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 FUNDAMENTAL II ZONA URBANA		FAIXA ETÁRIA: 11 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL		EMEF PROFESSOR WALDEMAR RODRIGUES															
Horário Tipo de Refeição Manhã 6:45 Café 9:30 Refeição Principal Tarde 12:30 Lanche 15:30 Refeição Principal Informação Nutricional <table><tr><td rowspan="4">Categoria Fundamental</td><td rowspan="4">11 - 15 anos</td><td rowspan="4">Média</td><td>Energia (kcal)</td><td>432,84</td><td>Carboidrato (g)</td><td>52,16</td><td>Proteínas (g)</td><td>20,22</td><td>Lipídios (g)</td><td>15,92</td></tr></table>	Categoria Fundamental	11 - 15 anos	Média	Energia (kcal)	432,84	Carboidrato (g)	52,16	Proteínas (g)	20,22	Lipídios (g)	15,92	2º SEGUNDA-FEIRA		3º TERÇA-FEIRA		4º QUARTA-FEIRA		5º QUINTA-FEIRA		6º SEXTA-FEIRA	
				Categoria Fundamental	11 - 15 anos	Média	Energia (kcal)	432,84	Carboidrato (g)	52,16	Proteínas (g)	20,22	Lipídios (g)	15,92							
							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 FAROFA DE PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA SALADA: CENOURA		ARROZ FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO SALADA: TOMATE FRUTA: BANANA		ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFÉ 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 FAROFA 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 FUNDAMENTAL II ZONA URBANA		FAIXA ETÁRIA: 11 A 15 ANOS PERÍODO PARCIAL	EMEF PROFESSOR WALDEMAR RODRIGUES
Horário Tipo de Refeição Manhã 6:45 Café 9:30 Refeição Principal Tarde 12:30 Lanche 15:30 Refeição Principal Informação Nutricional	2º SEGUNDA-FEIRA 28/04		3º TERÇA-FEIRA 29/04		4º QUARTA-FEIRA 30/04
	CAFÉ COM LEITE BISCOITO ROSQUINHA SABOR COCO (1)		LEITE COM FLOCOS DE MILHO		CAFÉ COM LEITE PÃO DOCE (2) C/ MANTEIGA
	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
					5º QUINTA-FEIRA 01/05 FERIADO Dia Mundial do Trabalho Feriado Nacional
				6º SEXTA-FEIRA 02/05 LEITE COM CACAU 100% BISCOITO DOCE (3) 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