

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VIRADOURO/SP.**

**CARDÁPIO – CRECHE BERÇARIO I E II  
MODALIDADE DE ENSINO REGULAR  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA 06 – 18 MESES  
PERÍODO INTEGRAL**

**SETEMBRO/2023**

	<b>2ª FEIRA 25/09</b>	<b>3ª FEIRA 26/09</b>	<b>4ª FEIRA 27/09</b>	<b>5ª FEIRA 28/09</b>	<b>6ª FEIRA 29/09</b>			
<b>CAFÉ DA MANHÃ 7:00H</b>	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira			
<b>ALMOÇO</b>	Arroz Cozido/Caldo Feijão Carne Moida Refogado Com Legumes ao Molho Fruta	Arroz Cozido/Caldo de Feijão Sobrecoxa Picadinho Refog. Salada Chuchu c/ Ovo Fruta	Arroz Cozido/Caldo de Feijão Cubos Carne Picad. Mandioq. Salada Alface e Tomate Fruta	Sopa de Macarrão com Carne Moida Batata, Cenoura, Chuchu, Legumes Fruta	Arroz Cozido/Caldo de Feijão Carne em Iscas Picadinho Com Cenoura e Vagem Fruta			
<b>LANCHE TARDE</b>	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira			
<b>JANTA</b>	SOPA (Macarrão, carne, batata, repolho, legumes)	SOPA (Arroz, frango, batata, chuchu, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, feijão cenoura, batata, legumes)	SOPA (Fubá, carne, batata, cenoura, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, cenoura, batata, legumes)			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>25% a 35% do VET</b>				
	702,61	76 g 57 %	18 g 15 %	18 g 25 %	234,07	15,79	253,74	2,86

*Daniela de m. cabral*  
**Daniela de Mattos Cabral**  
**Nutricionista**  
**CRN3:28560**

\* Obs: Cardápio sujeito á alterações. Deve-se acompanhar a evolução das crianças, para o cardápio creche.



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VIRADOURO/SP.**

**CARDÁPIO – CRECHE  
MODALIDADE DE ENSINO REGULAR  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA 01 – 3 ANOS  
PERÍODO INTEGRAL**

**SETEMBRO/2023**

	<b>2ª FEIRA 25/09</b>	<b>3ª FEIRA 26/09</b>	<b>4ª FEIRA 27/09</b>	<b>5ª FEIRA 28/09</b>	<b>6ª FEIRA 29/09</b>			
<b>CAFÉ DA MANHÃ 7:00H</b>	Leite c/ Cacau Pão com Manteiga	Leite c/ Cacau Bolacha	Leite c/ Cacau Bolo de Coco	Leite c/ Cacau Pão com Manteiga	Leite c/ Cacau Bolacha			
<b>ALMOÇO</b>	Arroz / Feijão Carne Moida Refogado Com Legumes ao Molho Fruta	Arroz / Feijão Sobrecoxa Cubos Refogado Salada Chuchu c/ Ovo Fruta	Arroz / Feijão Cubos Carne c/Mandioquinha Salada Alface e Tomate Fruta	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Refogado Com Cenoura e Vagem Fruta			
<b>LANCHE TARDE</b>	Suco Natural Pão c/ Carne	Frutas	Bolo	Suco Natural Pão c/ Carne	Frutas			
<b>JANTA</b>	SOPA (Macarrão, carne, batata, repolho, legumes)	SOPA (Arroz, frango, batata, chuchu, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, feijão cenoura, batata, legumes)	SOPA (Fubá, carne, batata, cenoura, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, cenoura, batata, legumes)			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>25% a 35% do VET</b>				
	735,61	115 g 65 %	18 g 15 %	20 g 25 %	178,38	31,52	133,44	4,16

\*Obs: Cardápio sujeito á alterações.

*Daniela de m. cabral*  
**Daniela de Mattos Cabral**  
**Nutricionista**  
**CRN3:28560**



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VIRADOURO/SP.**

**CARDÁPIO – CRECHE – EMEI – PRÓ – INFÂNCIA MATHEUS CONCEIÇÃO  
MODALIDADE DE ENSINO REGULAR  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA 01 – 5 ANOS  
PERÍODO INTEGRAL**

**SETEMBRO/2023**

	<b>2ª FEIRA 25/09</b>	<b>3ª FEIRA 26/09</b>	<b>4ª FEIRA 27/09</b>	<b>5ª FEIRA 28/09</b>	<b>6ª FEIRA 28/09</b>			
<b>CAFÉ DA MANHÃ 7:00H</b>	Leite c/ Cacau Pão com Manteiga	Leite c/ Cacau Bolacha	Leite c/ Cacau Bolo de Coco	Leite c/ Cacau Pão com Manteiga	Leite c/ Cacau Bolacha			
<b>ALMOÇO</b>	Arroz / Feijão Carne Moida Refogado Com Legumes ao Molho Fruta	Arroz / Feijão Sobrecoxa Cubos Refogado Salada Chuchu c/ Ovo Fruta	Arroz / Feijão Cubos Carne c/Mandioquinha Salada Alface e Tomate Fruta	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Refogado Com Cenoura e Vagem Fruta			
<b>LANCHE TARDE</b>	Suco Natural Pão c/ Carne	Frutas	Bolo	Suco Natural Pão c/ Carne	Frutas			
<b>JANTA</b>	SOPA (Macarrão, carne, batata, repolho, legumes)	SOPA (Arroz, frango, batata, chuchu, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, feijão cenoura, batata, legumes)	SOPA (Fubá, carne, batata, cenoura, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, cenoura, batata, legumes)			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
		735,61	115 g 65 %	18 g 15 %				

\*Obs: Cardápio sujeito á alterações.

*Daniela de m. cabral*  
**Daniela de Mattos Cabral**  
**Nutricionista**  
**CRN3:28560**



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VIRADOURO/SP.**

**CARDÁPIO – PRÉ - ESCOLA  
MODALIDADE DE ENSINO REGULAR  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA 4 a 6 anos**

**SETEMBRO/2023**

	<b>2ª FEIRA 25/09</b>	<b>3ª FEIRA 26/09</b>	<b>4ª FEIRA 27/09</b>	<b>5ª FEIRA 28/09</b>	<b>6ª FEIRA 29/09</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ 7:00H</b>	Leite c/ Chocolate Pó Pão com Manteiga	Leite c/ Chocolate em Pó Bolacha	Leite c/ Chocolate em Pó Bolo de Coco	Leite c/ Chocolate em Pó Pão com Manteiga	Leite c/ Chocolate em Pó Bolacha
<b>REFEIÇÃO 9:30H/11:45H 14:30H</b>	Arroz / Feijão Carne Moida Refogado c/ Legumes ao Molho Fruta	Arroz / Feijão Sobrecoxa Cubos Refogado Salada Chuchu c/ Ovo Fruta	Arroz / Feijão Cubos Carne c/ Mandioquinha Salada Alface e Tomate Fruta	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Refogado Com Cenoura e Vagem Fruta
<b>RECREAÇÃO</b>	Suco Natural Pão c/ Requeijão	Frutas	Bolo	Suco Natural Pão c/ Carne	Frutas
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>25% a 35% do VET</b>
		739,28	66 g	14 g	16 g
			65 %	15 %	25 %

\*Obs: Cardápio sujeito á alterações.

*Daniela de m. cabral*  
**Daniela de Mattos Cabral**  
**Nutricionista**  
**CRN3:28560**


**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VIRADOURO/SP.**

**CARDÁPIO – MARILIA - ETAPA DE ENSINO FUNDAMENTAL I E II  
MODALIDADE DE ENSINO REGULAR  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA 6 a 10 anos**

**SETEMBRO/2023**

	<b>2ª FEIRA 25/09</b>	<b>3ª FEIRA 26/09</b>	<b>4ª FEIRA 27/09</b>	<b>5ª FEIRA 28/09</b>	<b>6ª FEIRA 29/09</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ 6:40H</b>	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha	Leite com Achocolatado Bolo de Fubá	Chá Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha
<b>REFEIÇÃO 9:30H/11:45H 14:30H</b>	Arroz / Feijão Nuggets Assado Salada de Repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne em Cubos Ref. com Mandioca ao Molho	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Ref. Farofa (far. mand, far.milho, tomate, cenoura, couve, ervilha)	Arroz/Feijão Frango em Cubos Ref.ao Molho Salada de Tomate e Pepino Fruta
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>25% a 35% do VET</b>
		706,28	80 g	18 g	15 g
			65 %	15 %	30 %

\*Obs: Cardapio sujeito á alterações.

  
**Roberta Marques de Oliveira**  
 Nutricionista  
 CRN3-61369


**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VIRADOURO/SP.**

**CARDÁPIO – SANDOVAL - ETAPA DE ENSINO FUNDAMENTAL I E II  
MODALIDADE DE ENSINO REGULAR  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA 6 a 10 anos**

**SETEMBRO/2023**

	<b>2ª FEIRA 25/09</b>	<b>3ª FEIRA 26/09</b>	<b>4ª FEIRA 27/09</b>	<b>5ª FEIRA 28/09</b>	<b>6ª FEIRA 29/09</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ 6:40H</b>	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha	Leite com Achocolatado Bolo de Fubá	Chá Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha
<b>REFEIÇÃO 9:30H/11:45H 14:30H</b>	Arroz / Feijão Nuggets Assado Salada de Repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne em Cubos Ref. com Mandioca ao Molho	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Ref. Farofa (far. mand, far.milho, tomate, cenoura, couve, ervilha)	Arroz/Feijão Frango em Cubos Ref.ao Molho Salada de Tomate e Pepino Fruta
<b>RECREAÇÃO</b>	Suco Natural Pão com Requeijão	Frutas	Suco Natural Pão C/ Carne	Suco Natural Pão ou Torrada	Frutas
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>25% a 35% do VET</b>	
		726,28	80 g	18 g	15 g
			65 %	15 %	30 %

**\*Obs: Cardápio sujeito á alterações.**

  
**Roberta Marques de Oliveira**  
 Nutricionista  
 CRN3-61369




**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VIRADOURO/SP.**

**CARDÁPIO – SEBASTIÃO - ETAPA DE ENSINO FUNDAMENTAL I E II  
MODALIDADE DE ENSINO REGULAR  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA 6 a 10 anos**

**SETEMBRO/2023**

	<b>2ª FEIRA 25/09</b>	<b>3ª FEIRA 26/09</b>	<b>4ª FEIRA 27/09</b>	<b>5ª FEIRA 28/09</b>	<b>6ª FEIRA 29/09</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ 6:40H</b>	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha	Leite com Achocolatado Bolo de Fubá	Chá Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha
<b>REFEIÇÃO 9:30H/11:45H 14:30H</b>	Arroz / Feijão Nuggets Assado Salada de Repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne em Cubos Ref. com Mandioca ao Molho	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Ref. Farofa (far. mand, far.milho, tomate, cenoura, couve, ervilha)	Arroz/Feijão Frango em Cubos Ref.ao Molho Salada de Tomate e Pepino Fruta
<b>RECREAÇÃO</b>	Suco Natural Pão com Requeijão	Frutas	Suco Natural Pão C/ Carne	Suco Natural Pão ou Torrada	Frutas
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>25% a 35% do VET</b>
		726,28	80 g	18 g	15 g
			65 %	15 %	30 %

**\*Obs: Cardápio sujeito á alterações.**

  
**Roberta Marques de Oliveira**  
 Nutricionista  
 CRN3-61369



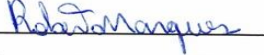
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VIRADOURO/SP.**

**CARDÁPIO – MILTON - ETAPA DE ENSINO FUNDAMENTAL I E II  
MODALIDADE DE ENSINO REGULAR  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA 11 a 15 anos  
PERÍODO PARCIAL**

**SETEMBRO/2023**

	<b>2ª FEIRA 25/09</b>	<b>3ª FEIRA 26/09</b>	<b>4ª FEIRA 27/09</b>	<b>5ª FEIRA 28/09</b>	<b>6ª FEIRA 29/09</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ 6:40H</b>	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha	Leite com Achocolatado Bolo de Fubá	Chá Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha
<b>REFEIÇÃO 9:30H/12:20H 14:30H</b>	Arroz / Feijão Nuggets Assado Salada de Repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne em Cubos Ref. com Mandioca ao Molho	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Ref. Farofa (far. mand, far.milho, tomate, cenoura, couve, ervilha)	Arroz/Feijão Frango em Cubos Ref.ao Molho Salada de Tomate e Pepino Fruta
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>25% a 35% do VET</b>
		707,28	115 g	27 g	28 g
			65 %	15 %	30 %

\*Obs: Cardapio sujeito á alterações.

  
**Roberta Marques de Oliveira**  
Nutricionista  
CRN3-61369

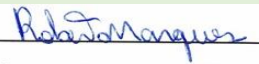
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VIRADOURO/SP.

**CARDÁPIO – EE - ETAPA DE ENSINO FUNDAMENTAL I E II**  
**MODALIDADE DE ENSINO REGULAR**  
**ZONA URBANA**  
**FAIXA ETÁRIA 11 a 17 anos**  
**PERÍODO PARCIAL**

SETEMBRO/2023

	2ª FEIRA 25/09	3ª FEIRA 26/09	4ª FEIRA 27/09	5ª FEIRA 28/09	6ª FEIRA 29/09
<b>CAFÉ DA MANHÃ 6:40H</b>	Leite c/ Cacau Pão com Manteiga	Vitamina de Frutas Bolacha	Leite c/ Cacau Bolo de Fubá	Leite c/ Cacau Pão com Manteiga	Vitamina de Frutas Bolacha
<b>REFEIÇÃO 10:00H 15:50H</b>	Arroz / Feijão Nuggets Assado Salada de Repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne em Cubos Ref. com Mandioca ao Molho	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Ref. Farofa (far. mand, far.milho, tomate, cenoura, couve, ervilha)	Arroz/Feijão Frango em Cubos Ref.ao Molho Salada de Tomate e Pepino Fruta
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	
		709,28	115 g	26 g	14 g
		65 %	15 %	18 %	

\*Obs: Cardápio sujeito á alterações.

  
**Roberta Marques de Oliveira**  
 Nutricionista  
 CRN3-61369




## CARDAPIO DA CIA DE DANÇA

	18/09	19/09	20/09	21/09	22/09
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<u>15:00 hs</u>	PÃO C/ SALSICHA FRUTA	PÃO C/ SALSICHA FRUTA	PÃO C/ CARNE DESMIADA FRUTA	PÃO C/ CARNE DESMIADA FRUTA	

	25/09	26/09	27/09	28/09	29/09
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<u>15:00 hs</u>	BOLO DE FUBÁ FRUTA	BOLO DE FUBÁ FRUTA	PÃO C/ FRIOS FRUTA	PÃO C/ FRIOS FRUTA	

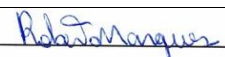
\*Obs: Cardápio sujeito á alterações.

  
Roberta Marques de Oliveira  
Nutricionista  
CRN3-61369



**CARDAPIO NUCLEO BENTO / PAF / JOVEM AGRICULTOR**

	25/09	26/09	27/09	28/09	29/09
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b><u>Desjejum</u></b> <b><u>07:30 hs</u></b>	LEITE C/ ACHOCOLATADO  BOLACHA	LEITE C/ ACHOCOLATADO  BOLACHA	CHÁ  BOLACHA	LEITE C/ ACHOCOLATADO  BOLACHA	LEITE C/ ACHOCOLATADO  BOLACHA
<b><u>Lanche Manhã</u></b> <b><u>10:00 hs</u></b>	PÃO C/ MORTADELA  FRUTA	PÃO C/ CARNE MOIDA E BATATA	TORTA DE FRANGO DESFIADO  FRUTA	PÃO C/ FRIOS	PÃO C/ SALSICHA  FRUTA
<b><u>Café da Tarde</u></b> <b><u>13:00 hs</u></b>	BOLACHA	LEITE COM CEREAL	BOLACHA	BOLACHA	BOLACHA
<b><u>Lanche Tarde</u></b> <b><u>15:00 hs</u></b>	PÃO C/ MORTADELA  FRUTA	PÃO C/ CARNE MOIDA E BATATA	TORTA DE FRANGO DESFIADO  FRUTA	PÃO C/ FRIOS	PÃO C/ SALSICHA  FRUTA

  
Roberta Marques de Oliveira  
Nutricionista  
CRN3-61369

\*Obs: Cardápio sujeito á alterações.