

**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**

**OUTUBRO/2023**

	<b>2ª FEIRA 02/10</b>	<b>3ª FEIRA 03/10</b>	<b>4ª FEIRA 04/10</b>	<b>5ª FEIRA 05/10</b>	<b>6ª FEIRA 06/10</b>			
<b>CAFÉ DA MANHÃ 7:00H</b>	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira			
<b>ALMOÇO</b>	Sopa de Macarrão com Carne Cubos, Batata, Cenoura, Chuchu, Legumes Fruta	Arroz Cozido/Caldo de Feijão Cubos de Frango c/ Legumes Salada de Repolho Fruta	Arroz Cozido/Caldo de Feijão Carne em Iscas Refogado Salada Pepino e Tomate Fruta	Arroz Cozido/Caldo de Feijão Sobrecoxa Cubos Refogado Abobrinha Refogado Fruta	Arroz Cozido/Caldo de Feijão Iscas de Carne c/ Mandioca Salada de Vinagrete Fruta			
<b>LANCHE TARDE</b>	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira			
<b>JANTA</b>	SOPA (Fubá, carne, batata, repolho, legumes)	SOPA (Macarrão, frango, batata, chuchu, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, batata, cenoura, legumes)	SOPA (Arroz, frango, batata, repolho, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, batata, chuchu, 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				
		702,61	76 g 57 %	18 g 15 %				

\*Obs: Cardápio sujeito á alterações.

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



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

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

**OUTUBRO/2023**

	<b>2ª FEIRA 02/10</b>	<b>3ª FEIRA 03/10</b>	<b>4ª FEIRA 04/10</b>	<b>5ª FEIRA 05/10</b>	<b>6ª FEIRA 06/10</b>			
<b>CAFÉ DA MANHÃ 7:00H</b>	Leite c/ Cacau Pão com Manteiga	Leite c/ Cacau Bolacha	Leite c/ Cacau Bolo Cenoura	Leite c/ Cacau Pão com Manteiga	Leite c/ Cacau Bolacha			
<b>ALMOÇO</b>	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Cubos de Frango c/ Legumes Salada de Repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Refogado Salada Pepino e Tomate Fruta	Arroz / Feijão Sobrecoxa Cubos Refogado Abobrinha Refogado Fruta	Arroz / Feijão Isclas de Carne c/ Mandioca Salada de Vinagrete Fruta			
<b>LANCHE TARDE</b>	Suco Natural Pão c/ Carne	Frutas	Bolo	Suco Natural Pão ou Torrada	Vitamina de Frutas			
<b>JANTA</b>	SOPA (Fubá, carne, batata, repolho, legumes)	SOPA (Macarrão, frango, batata, chuchu, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, batata, cenoura, legumes)	SOPA (Arroz, frango, batata, repolho, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, batata, chuchu, 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 %				

\*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**

OUTUBRO/2023

	<b>2ª FEIRA 02/10</b>	<b>3ª FEIRA 03/10</b>	<b>4ª FEIRA 04/10</b>	<b>5ª FEIRA 05/10</b>	<b>6ª FEIRA 06/10</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 Cenoura	Leite c/ Chocolate em Pó Pão com Manteiga	Leite c/ Chocolate em Pó Bolacha
<b>REFEIÇÃO 9:30H/11:45H 14:30H</b>	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Nuggets Assado Salada de Repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Refogado Salada Pepino e Tomate Fruta	Arroz / Feijão Sobrecoxa Cubos Refogado Abobrinha Refogado Fruta	Arroz / Feijão Isclas de Carne c/ Mandioca Salada de Vinagrete Fruta
<b>RECREAÇÃO</b>	Suco Natural Pão c/ Carne	Frutas	Bolo	Suco Natural Torrada ou Pão	Vitaminas de 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**

**OUTUBRO/2023**

	<b>2ª FEIRA 02/10</b>	<b>3ª FEIRA 03/10</b>	<b>4ª FEIRA 04/10</b>	<b>5ª FEIRA 05/10</b>	<b>6ª FEIRA 06/10</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ 6:40H</b>	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha	Chá Bolo Chocolate	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha
<b>REFEIÇÃO 9:30H/11:45H 14:30H</b>	Macarrão ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Sobrecoxa Dessosada em Cubos com Batata ao Molho	Polenta ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Refogado Salada Pepino e Tomate	Arroz / Feijão Nuggets Assado Salada de Beterraba Cozida 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>
		705,29	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 – SANDOVAL - ETAPA DE ENSINO FUNDAMENTAL I E II  
MODALIDADE DE ENSINO REGULAR  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA 6 a 10 anos**

**OUTUBRO/2023**

	<b>2ª FEIRA 02/10</b>	<b>3ª FEIRA 03/10</b>	<b>4ª FEIRA 04/10</b>	<b>5ª FEIRA 05/10</b>	<b>6ª FEIRA 06/10</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ 6:40H</b>	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha	Chá Bolo Chocolate	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha
<b>REFEIÇÃO 9:30H/11:45H 14:30H</b>	Macarrão ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Sobrecoxa Dessosada em Cubos com Batata ao Molho	Polenta ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Refogado Salada Pepino e Tomate	Arroz / Feijão Nuggets Assado Salada de Beterraba Cozida Fruta
<b>RECREAÇÃO</b>	Suco Natural Pão com Carne	Frutas	Bolo	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>
		728,29	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**

**OUTUBRO/2023**

	<b>2ª FEIRA 02/10</b>	<b>3ª FEIRA 03/10</b>	<b>4ª FEIRA 04/10</b>	<b>5ª FEIRA 05/10</b>	<b>6ª FEIRA 06/10</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ 6:40H</b>	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha	Chá Bolo Chocolate	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha
<b>REFEIÇÃO 9:30H/11:45H 14:30H</b>	Macarrão ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Sobrecoca Dessosada em Cubos com Batata ao Molho	Polenta ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Refogado Salada Pepino e Tomate	Arroz / Feijão Nuggets Assado Salada de Beterraba Cozida Fruta
<b>RECREAÇÃO</b>	Suco Natural Pão com Carne	Fruta	Bolo	Suco Natural Pão ou Torrada	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>
		728,29	80 g	18 g	15 g
		65 %	15 %		30 %

\*Obs: Cardápio sujeito á alterações.

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

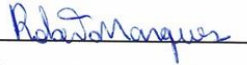
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VIRADOURO/SP.

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

OUTUBRO/2023

	<b>2ª FEIRA 02/10</b>	<b>3ª FEIRA 03/10</b>	<b>4ª FEIRA 04/10</b>	<b>5ª FEIRA 05/10</b>	<b>6ª FEIRA 06/10</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ 6:40H</b>	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha	Chá Bolo Chocolate	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha
<b>REFEIÇÃO 9:30H/12:20H 14:30H</b>	Macarrão ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Sobrecoxa Dessosada em Cubos com Batata ao Molho	Polenta ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Frango em Cubos Refogado Salada Pepino e Tomate	Arroz / Feijão Nuggets Assado Salada de Beterraba Cozida 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	115 g	27 g	28 g
			65 %	15 %	30 %

\*Obs: Cardapio sujeito á alterações.

  
 Roberta Marques de Oliveira  
 Nutricionista  
 CRN3-61369

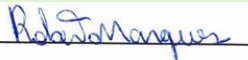
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VIRADOURO/SP.

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

OUTUBRO/2023

	<b>2ª FEIRA 02/10</b>	<b>3ª FEIRA 03/10</b>	<b>4ª FEIRA 04/10</b>	<b>5ª FEIRA 05/10</b>	<b>6ª FEIRA 06/10</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ 6:40H</b>	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Vitamina de Frutas Bolacha	Chá Bolo Chocolate	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Leite com Cacau Bolacha
<b>REFEIÇÃO 10:00H 15:50H</b>	Macarrão ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Sobrecoca Dessosada em Cubos com Batata ao Molho	Polenta ao Molho Com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Frango em Cubos Refogado Salada Pepino e Tomate	Arroz / Feijão Almondega Assada Salada de Beterraba Cozida 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>
		709,28	115 g	26 g	14 g
			65 %	15 %	18 %

\*Obs: Cardápio sujeito á alterações.

  
 Roberta Marques de Oliveira  
 Nutricionista  
 CRN3-61369



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

	02/10	03/10	04/10	05/10	06/10
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b><u>Desjejum</u></b> <b><u>07:30 hs</u></b>	LEITE C/ ACHOCOLATADO  BOLACHA	LEITE C/ CEREAL	LEITE C/ ACHOCOLATADO  BOLO DE CHOCOLATE	LEITE C/ ACHOCOLATADO  BOLACHA	CHÁ  BOLACHA
<b><u>Lanche Manhã</u></b> <b><u>10:00 hs</u></b>	PÃO C/ SALSICHA  FRUTA	PÃO C/ CARNE MOIDA	PÃO C/ MORTADELA  FRUTA	PÃO C/ MARGARINA	PÃO C/ FRIOS  FRUTA
<b><u>Café da Tarde</u></b> <b><u>13:00 hs</u></b>	BOLACHA	LEITE C/ CEREAL	BOLO DE CHOCOLATE	BOLACHA	BOLACHA
<b><u>Lanche Tarde</u></b> <b><u>15:00 hs</u></b>	PÃO C/ SALSICHA  FRUTA	PÃO C/ CARNE MOIDA	PÃO C/ MORTADELA  FRUTA	PÃO C/ MARGARINA	PÃO C/ FRIOS  FRUTA

\*Obs: Cardápio sujeito á alterações.


Roberta Marques de Oliveira  
Nutricionista  
CRN3-61369



## CARDAPIO DA CIA DE DANÇA

	02/10	03/10	04/10	05/10	06/10
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b><u>15:00 hs</u></b>	PÃO C/ CARNE MOIDA E BATATA  FRUTA	PÃO C/ CARNE MOIDA E BATATA  FRUTA	PÃO C/ MORTADELA  FRUTA	PÃO C/ MORTADELA  FRUTA	

\*Obs: Cardápio sujeito á alterações.

  
Roberta Marques de Oliveira  
Nutricionista  
CRN3-61369