

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

	2ª FEIRA 23/10	3ª FEIRA 24/10	4ª FEIRA 25/10	5ª FEIRA 26/10	6ª FEIRA 27/10			
CAFÉ DA MANHÃ 7:00H	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira			
ALMOÇO	Arroz Cozido/Caldo Feijão Carne Moida Refogado ao Molho com Batata Fruta	Arroz Cozido/Caldo de Feijão Sobrecoxa Cubos Desf. Ref. Salada de Repolho Fruta	Arroz Cozido/Caldo de Feijão Carne em Iscas ao Molho Abobora Cabotia Fruta	Arroz Cozido/Caldo de Feijão Carne em Cubos Refogado com Legumes Fruta	Sopa de Macarrão com Carne Moida Batata, Cenoura, Chuchu, Legumes Fruta			
LANCHE TARDE	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira			
JANTA	SOPA (Macarrão, carne, cenoura, batata, legumes)	SOPA (Arroz, frango, batata, chuchu, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, batata, cenoura, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, repolho, batata, legumes)	SOPA (Fubá, carne, cenoura, batata, legumes)			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
	698,64	76 g 57 %	18 g 15 %	18 g 25 %	234,07	15,79	253,74	2,86

Daniela de m. cobal
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**

OUTUBRO/2023

	2ª FEIRA 23/10	3ª FEIRA 24/10	4ª FEIRA 25/10	5ª FEIRA 26/10	6ª FEIRA 27/10			
CAFÉ DA MANHÃ 7:00H	Leite c/ Cacau Pão com Manteiga	Leite c/ Cacau Bolacha Rosquinha	Leite c/ Cacau Bolo Fubá	Leite c/ Cacau Pão com Manteiga	Leite c/ Cacau Bolacha Maisena			
ALMOÇO	Arroz / Feijão Carne Moida Refogado ao Molho com Batata Fruta	Arroz / Feijão Sobrecoxa em Cubos Ref. Salada de Repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas ao Molho Abobora Cabotia Fruta	Arroz / Feijão Carne em Cubos Refogado Farofa (far. mandioca, far. de milho, couve mant., tomate) Fruta	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta			
LANCHE TARDE	Suco Natural Pão c/ Carne	Frutas	Bolo	Suco Natural Pão c/ Requeijão	Frutas ou Vitamina			
JANTA	SOPA (Macarrão, carne, cenoura, batata, legumes)	SOPA (Arroz, frango, batata, chuchu, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, batata, cenoura, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, repolho, batata, legumes)	SOPA (Fubá, carne, cenoura, batata, legumes)			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
	702,04	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. cobal
Daniela de Mattos Cabral
Nutricionista
CRN3:28560

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VIRADOURO/SP.

**CARDÁPIO – CRECHE – NECESSIDADE ESPECIAS – INTOLERÂNCIA À LACTOSE E APLV
MODALIDADE DE ENSINO REGULAR
ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 01 – 3 ANOS
PERÍODO INTEGRAL**

OUTUBRO/2023

	2ª FEIRA 23/10	3ª FEIRA 24/10	4ª FEIRA 25/10	5ª FEIRA 26/10	6ª FEIRA 27/10			
CAFÉ DA MANHÃ 7:00H	Formula Mini-Pão	Formula Bolacha	Formula Bolo	Formula Mini-Pão	Formula Bolacha			
ALMOÇO	Arroz / Feijão Carne Moida Refogado ao Molho com Batata Fruta	Arroz / Feijão Sobrecoca em Cubos Ref. Salada de Repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas ao Molho Abobora Cabotia Fruta	Arroz / Feijão Carne em Cubos Refogado Farofa (far. mandioca, far. de milho, couve mant., tomate) Fruta	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta			
LANCHE TARDE	Suco Natural Pão c/ Carne	Frutas	Bolo	Suco Natural Pão c/ Carne	Frutas			
JANTA	SOPA (Macarrão, carne, cenoura, batata, legumes)	SOPA (Arroz, frango, batata, chuchu, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, batata, cenoura, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, repolho, batata, legumes)	SOPA (Fubá, carne, cenoura, batata, legumes)			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
	698,61	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**

OUTUBRO/2023

	2ª FEIRA 23/10	3ª FEIRA 24/10	4ª FEIRA 25/10	5ª FEIRA 26/10	6ª FEIRA 27/10			
CAFÉ DA MANHÃ 7:00H	Leite c/ Cacau Pão com Manteiga	Leite c/ Cacau Bolacha Rosquinha	Leite c/ Cacau Bolo Fubá	Leite c/ Cacau Pão com Manteiga	Leite c/ Cacau Bolacha Maisena			
ALMOÇO	Arroz / Feijão Carne Moida Refogado ao Molho com Batata Fruta	Arroz / Feijão Sobrecoxa em Cubos Ref. Salada de Repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas ao Molho Abobora Cabotia Fruta	Arroz / Feijão Carne em Cubos Refogado Farofa (far. mandioca, far. de milho, couve mant., tomate) Fruta	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta			
LANCHE TARDE	Suco Natural Pão c/ Carne	Frutas	Bolo	Suco Natural Pão c/ Requeijão	Frutas ou Vitamina			
JANTA	SOPA (Macarrão, carne, cenoura, batata, legumes)	SOPA (Arroz, frango, batata, chuchu, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, batata, cenoura, legumes)	SOPA (Macarrão, carne, repolho, batata, legumes)	SOPA (Fubá, carne, cenoura, batata, legumes)			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
	702,04	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. cobal
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

	2ª FEIRA 23/10	3ª FEIRA 24/10	4ª FEIRA 25/10	5ª FEIRA 26/10	6ª FEIRA 27/10
CAFÉ DA MANHÃ 7:00H	Leite c/ Chocolate Pó Pão com Manteiga	Leite c/ Chocolate em Pó Bolacha Rosquinha	Leite c/ Chocolate em Pó Bolo de Fubá	Leite c/ Chocolate em Pó Pão com Manteiga	Leite c/ Chocolate em Pó Bolacha Maisena
REFEIÇÃO 9:30H/11:45H 14:30H	Arroz / Feijão Carne Moida Refogado ao Molho com Batata Fruta	Arroz / Feijão Sobrecoca em Cubos Ref. Salada de Repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas ao Molho Abobora Cabotia Fruta	Arroz / Feijão Carne em Cubos Refogado Farofa (far. mandioca, far. de milho, couve mant., tomate) Fruta	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta
RECREAÇÃO	Suco Natural Pão c/ Carne	Frutas	Bolo	Suco Natural Pão c/ Requeijão	Frutas ou Vitamina
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET
		701,29	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

	2ª FEIRA 23/10	3ª FEIRA 24/10	4ª FEIRA 25/10	5ª FEIRA 26/10	6ª FEIRA 27/10
CAFÉ DA MANHÃ 6:40H	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha	Chá Bolo Cenoura	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha
REFEIÇÃO 9:30H/11:45H 14:30H	Arroz / Feijão Nuggets Assado Salada de Repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Refogado Salada de Beterraba Cozida	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Carne em Cubos Ref. Salada de Pepino e Tomate	Arroz / Feijão Carne Moida Ref. com Legumes ao Molho Fruta
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET
		698,29	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**

OUTUBRO/2023

	2ª FEIRA 23/10	3ª FEIRA 24/10	4ª FEIRA 25/10	5ª FEIRA 26/10	6ª FEIRA 27/10			
CAFÉ DA MANHÃ 6:40H	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha	Chá Bolo Cenoura	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha			
REFEIÇÃO 9:30H/11:45H 14:30H	Arroz / Feijão Nuggets Assado Salada de Repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Refogado Salada de Beterraba Cozida	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Carne em Cubos Ref. Salada de Pepino e Tomate	Arroz / Feijão Carne Moida Ref. com Legumes ao Molho Fruta			
RECREAÇÃO	Suco Natural Pão ou Torrada	Frutas	Bolo	Suco Natural Pão com Carne Desfiada	Frutas			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	55% a 65% do VET			
					698,29	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

	2ª FEIRA 23/10	3ª FEIRA 24/10	4ª FEIRA 25/10	5ª FEIRA 26/10	6ª FEIRA 27/10
CAFÉ DA MANHÃ 6:40H	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha	Chá Bolo Cenoura	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha
REFEIÇÃO 9:30H/11:45H 14:30H	Arroz / Feijão Nuggets Assado Salada de Repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Refogado Salada de Beterraba Cozida	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Carne em Cubos Ref. Salada de Pepino e Tomate	Arroz / Feijão Carne Moida Ref. com Legumes ao Molho Fruta
RECREAÇÃO	Suco Natural Pão ou Torrada	Frutas	Bolo	Suco Natural Pão com Carne Desfiada	Frutas
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	
		698,29	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

	2ª FEIRA 23/10	3ª FEIRA 24/10	4ª FEIRA 25/10	5ª FEIRA 26/10	6ª FEIRA 27/10			
CAFÉ DA MANHÃ 6:40H	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha	Chá Bolo Cenoura	Leite com Achocolatado Pão com Margarina	Leite com Achocolatado Bolacha			
REFEIÇÃO 9:30H/12:20H 14:30H	Arroz / Feijão Nuggets Assado Salada de Repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Refogado Salada de Beterraba Cozida	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Carne em Cubos Ref. Salada de Pepino e Tomate	Arroz / Feijão Carne Moida Ref. com Legumes ao Molho Fruta			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	55% a 65% do VET			
					698,29	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**

OUTUBRO/2023

	2ª FEIRA 23/10	3ª FEIRA 24/10	4ª FEIRA 25/10	5ª FEIRA 26/10	6ª FEIRA 27/10
CAFÉ DA MANHÃ 6:40H	Leite c/ Cacau Pão com Manteiga	Vitamina de Frutas Bolacha	Chá Bolo de Cenoura	Leite c/ Cacau Pão com Manteiga	Leite c/ Cacau Bolacha
REFEIÇÃO 10:00H 15:50H	Arroz / Feijão Nuggets Assado Salada de Repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne em Iscas Refogado Salada de Beterraba Cozida	Macarronada ao Molho com Carne Moida Fruta	Arroz / Feijão Carne em Cubos Ref. Salada de Pepino e Tomate	Arroz / Feijão Carne Moida Ref. com Legumes ao Molho Fruta
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET
		697,28	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

	23/10	24/10	25/10	26/10	27/10
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<u>Desjejum</u> <u>07:30 hs</u>	LEITE C/ ACHOCOLATADO BOLACHA	LEITE C/ ACHOCOLATADO BOLACHA	LEITE C/ ACHOCOLATADO BOLO DE CENOURA	CHÁ BOLACHA	LEITE C/ ACHOCOLATADO BOLACHA
<u>Lanche Manhã</u> <u>10:00 hs</u>	PÃO C/ MARGARINA FRUTA	PÃO C/ MORTADELA	PÃO C/ CARNE MOIDA E BATATA FRUTA	PÃO C/ PATÊ DE FRANGO	PÃO C/ MORTADELA FRUTA
<u>Café da Tarde</u> <u>13:00 hs</u>	BOLACHA	BOLACHA	BOLO DE CENOURA	BOLACHA	BOLACHA
<u>Lanche Tarde</u> <u>15:00 hs</u>	PÃO C/ MARGARINA FRUTA	PÃO C/ MORTADELA	PÃO C/ CARNE MOIDA E BATATA FRUTA	PÃO C/ PATÊ DE FRANGO	PÃO C/ MORTADELA FRUTA

*Obs: Cardápio sujeito á alterações.


Roberta Marques de Oliveira
Nutricionista
CRN3-61369