



**CONHEÇA
TODO MÊS
A MERENDA DO
SEU FILHO.**

Confira o cardápio de cada escola
no site www.saobernardo.sp.gov.br
ou no Portal da Educação.

Os cardápios também estão disponíveis nos
refeitórios de todas as escolas.



PREFEITURA DE
**SÃO BERNARDO
DOCAMPO**
CIDADE DO TRABALHO

A QUALIDADE DA
MERENDA DO SEU FILHO
VOCÊ CONFERE AQUI.

**CARDÁPIO ESCOLAR
CRECHE PARCEIRA**

(1 a 3 meses)

Período: Integral



1ª Semana



DATA	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
2ª Feira 04/02	Biscoito maisena e *composto lácteo	Arroz, feijão, frango com batata e salada de pepino	Maçã	Sopa de ervilha e mandioquinha com carne bovina moída
3ª Feira 05/02	Pão hot dog integral com manteiga e *composto lácteo	Arroz, feijão, carne bovina refogada com abobrinha e salada de escarola	Mamão	Canja (arroz, batata e cenoura com frango)
4ª Feira 06/02	Bisnaguinha com requeijão e leite integral com chocolate	Arroz, feijão, almôndegas (carne bovina moída <i>in natura</i>) ao molho sugo e salada de alface	Banana	Sopa de legumes (mandioquinha, abobrinha e inhame com carne bovina)
5ª Feira 07/02	Biscoito cream cracker e *composto lácteo	Arroz, feijão, frango com cenoura e salada de beterraba cozida	Melancia	Poletaria com carne bovina moída ao molho de tomate
6ª Feira 08/02	Bisnaguinha com manteiga e *composto lácteo	Arroz, feijão, carne bovina moída com chuchu e salada de acelga	Suco de mamão com cenoura <i>in natura</i>	Sopa de feijão com legumes (batata, chuchu e cenoura com frango)



2ª Semana



DATA	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
2ª Feira 11/02	Pão hot dog integral com requeijão e *composto lácteo	Arroz, feijão, carne bovina com batata e salada de pepino com salsa	Maçã	Risoto de frango com ervilha
3ª Feira 12/02	Biscoito maisena e leite integral com chocolate	Arroz, feijão, frango com vagem e salada de tomate com cenoura ralada	Melão	Sopa de legumes (chuchu, inhame e abobrinha com carne bovina)
4ª Feira 13/02	Bisnaguinha com manteiga e *composto lácteo	Arroz, feijoadinha (feijão preto com carne suína) e couve refogada	Pera	Sopa creme de brócolis e requeijão com carne bovina moída
5ª Feira 14/02	Biscoito cream cracker e leite integral com chocolate	Arroz, feijão, carne bovina moída com abóbora e salada de escarola	Banana	Canja (arroz, batata e cenoura com frango)
6ª Feira 15/02	Pão hot dog integral com manteiga e *composto lácteo	Arroz, feijão, omelete de forno com milho, ervilha e salada de acelga	Creme de abacate	Sopa de lentilha, inhame, cenoura e chuchu com carne bovina



3ª Semana



DATA	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
2ª Feira 18/02	Bisnaguinha com requeijão e leite integral com chocolate	Arroz, feijão, frango colorido (cenoura, batata e ervilha) e salada de beterraba ralada	Melancia	Sopa de lentilha com legumes (chuchu e abobrinha com carne bovina)
3ª Feira 19/02	Biscoito cream cracker e *composto lácteo	Arroz, feijão, carne bovina com batata doce e salada de pepino	Abacaxi	Poletaria com carne bovina moída ao molho de tomate
4ª Feira 20/02	Pão hot dog integral com manteiga e *composto lácteo	Arroz, feijão, almôndegas (carne bovina moída <i>in natura</i>) ao molho sugo e salada de alface	Maçã	Sopa de feijão com legumes (chuchu e batata com frango)
5ª Feira 21/02	Bisnaguinha com manteiga e *composto lácteo	Arroz, feijão, ovo mexido com cenoura, ervilha e salada de chuchu com salsa	Banana	Sopa de ervilha com legumes (cará, inhame e abobrinha com carne bovina)
6ª Feira 22/02	Pão hot dog integral com requeijão e *composto lácteo	Arroz, feijão, carne bovina moída com abobrinha e salada de acelga	Suco de abacaxi com beterraba <i>in natura</i>	Sopa creme de mandioquinha com frango



4ª Semana



DATA	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
2ª Feira 25/02	Pão hot dog integral com requeijão e *composto lácteo	Arroz, feijão, carne bovina refogada com milho, ervilha e salada de cenoura ralada	Mamão	Canja (arroz, batata e cenoura com frango)
3ª Feira 26/02	Bolo caseiro de chocolate e *composto lácteo	Arroz, feijão, frango com batata e salada de repolho	Melão	Sopa de lentilha, cenoura e chuchu com carne bovina moída
4ª Feira 27/02	Biscoito maria e leite integral com chocolate	Arroz, feijão, carne bovina moída com chuchu, cenoura e salada de alface	Banana	Sopa creme de brócolis e batata com frango
5ª Feira 28/02	Pão hot dog integral com manteiga e *composto lácteo	Arroz, feijão, ovo pochê ao molho de tomate e salada de acelga	Maçã	Sopa de feijão, chuchu com carne bovina moída
6ª Feira 01/03	Bisnaguinha com manteiga e leite integral com chocolate	Arroz, feijão, carne suína refogada com abóbora e salada de almeirão	Creme de abacate	Sopa de ervilha, batata e abobrinha com carne bovina

* Composto lácteo – Leite em pó integral com sabores.

*Cardápio sujeito a alterações semanais, comunicadas por meio de informativos da Divisão de Alimentação Escolar, disponíveis no Portal da Educação.

Valores mínimos de referência de energia, macronutrientes – FNDE/PNAE - Ensino Creche – 1 a 3 anos - 70% das necessidades nutricionais diárias

Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)
Referência FNDE/PNAE	700	114,9	21,9
Cardápio Calculado	907,6	116,7	39,2





**CONHEÇA
TODO MÊS
A MERENDA DO
SEU FILHO.**

Confira o cardápio de cada escola
no site www.saobernardo.sp.gov.br
ou no Portal da Educação.

Os cardápios também estão disponíveis nos
refeitórios de todas as escolas.



PREFEITURA DE
SÃOBERNARDO
DOCAMPO
CIDADE DO TRABALHO

A QUALIDADE DA
MERENDA DO SEU FILHO,
VOCÊ CONFERE AQUI.

**CARDÁPIO ESCOLAR
BERÇÁRIO FINAL**

(7 a 11 meses)

Período: Integral



Cardápio Semanal

DATA	CAFÉ DA MANHÃ	SUCO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
2ª Feira	Fórmula láctea infantil 2 (Bebês de 7 a 12 meses) Biscoito maisena	Suco de fruta# natural	Papa principal: arroz, feijão, verdura* e ovo	Fórmula láctea infantil 2 (Bebês de 7 a 12 meses)	Papa principal: tubérculos (2 tipos)** ervilha, carne bovina ou frango e legumes (3 tipos)***, papa de fruta###
3ª Feira	Fórmula láctea infantil 2 (Bebês de 7 a 12 meses) Pão com manteiga	Suco de fruta# natural	Papa principal: arroz, feijão, carne bovina ou frango e verdura*	Fórmula láctea infantil 2 (Bebês de 7 a 12 meses)	Papa principal: tubérculos (2 tipos)** lentilha, carne bovina ou frango e legumes (3 tipos)***, papa de fruta###
4ª Feira	Fórmula láctea infantil 2 (Bebês de 7 a 12 meses) Pão com queijo	Suco de fruta# natural	Papa principal: arroz, feijão, carne bovina ou frango e verdura*	Fórmula láctea infantil 2 (Bebês de 7 a 12 meses)	Papa principal: tubérculos (2 tipos)** ervilha, ovo cozido e legumes (3 tipos)***, papa de fruta###
5ª Feira	Fórmula láctea infantil 2 (Bebês de 7 a 12 meses) Pão com manteiga	Suco de fruta# natural	Papa principal: arroz, feijão, carne bovina ou frango e verdura*	Fórmula láctea infantil 2 (Bebês de 7 a 12 meses)	Papa principal: tubérculos (2 tipos)** lentilha, carne bovina ou frango e legumes (3 tipos)***, papa de fruta###
6ª Feira	Fórmula láctea infantil 2 (Bebês de 7 a 12 meses) Biscoito cream cracker	Suco de fruta# natural	Papa principal: arroz, feijão, carne bovina ou frango e legumes (3 tipos)***	Fórmula láctea infantil 2 (Bebês de 7 a 12 meses)	Papa principal: tubérculos (2 tipos)** ervilha, carne bovina ou frango e legumes (3 tipos)***, papa de fruta###

* Proteína: Acompanha o cardápio da creche

* Verdura: Escarola, couve, espinafre, repolho e acelga

** Tubérculos: Batata, inhame, mandioca, madioquinha e cará

*** Legumes: Cenoura, abobrinha, chuchu, abóbora, quiabo, vagem

Aleitamento materno: Solicitar orientações na Divisão Alimentar Escolar

Suco de fruta (laranja, maracujá, goiaba, melão, abacaxi, maçã, mamão) deverá seguir o cardápio da creche (1 a 3 anos), **não acrescentar açúcar**.

Iniciar a oferta do jantar após duas semanas da introdução do almoço.

Frutas (pera, banana, maçã ou mamão).

Cardápio sujeito a alterações semanais, comunicadas por meio de informativos da Divisão de Alimentação Escolar, disponíveis no Portal da Educação.

