



**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

CRECHE PARCEIRA

(1 a 3 anos)

Período: Integral



PREFEITURA DE
SÃOBERNARDO
DOCAMPO CIDADE DO TRABALHO

1ª Semana



DATA	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
2ª Feira 04/03	EMENDA DE FERIADO			
3ª Feira 05/03	FERIADO			
4ª Feira 06/03	Biscoito cream cracker e composto lácteo	Arroz, feijão, carne cubos com abobrinha e salada de pepino	Maçã	Risoto de frango com ervilha
5ª Feira 07/03	Bisnaguinha com requeijão e leite integral com chocolate	Arroz, feijão, ovo mexido com cenoura e salada de beterraba	Melancia	Sopa de feijão, legumes (batata e abobrinha) com frango
6ª Feira 08/03	Pão hot dog integral com manteiga e *composto lácteo	Arroz, feijão, frango com chuchu e salada de repolho	Suco de limão com cenoura	Sopa de legumes (mandioquinha e inhame) com carne bovina

2ª Semana



DATA	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
2ª Feira 11/03	Bisnaguinha com requeijão e *composto lácteo	Arroz, feijão, carne bovina com batata e salada de pepino	Melão	Risoto de frango com ervilha
3ª Feira 12/03	Biscoito maisena e leite integral com chocolate	Arroz, feijão, frango cremoso com requeijão e milho e salada de cenoura	Abacaxi	Sopa de legumes (chuchu e inhame) com carne bovina
4ª Feira 13/03	Pão hot dog integral com manteiga e *composto lácteo	Arroz, feijão, almôndegas (carne bovina <i>in natura</i>) ao sugo e salada de chuchu	Banana	Sopa creme de brócolis e requeijão com frango
5ª Feira 14/03	Pão hot dog integral com requeijão e leite integral com chocolate	Arroz, feijão, carne suína refogada com abóbora e salada de escarola	Mamão	Sopa de lentilha, inhame e chuchu com carne bovina
6ª Feira 15/03	Bisnaguinha com manteiga e composto lácteo	Arroz, feijão, carne bovina moída com ervilha e salada de repolho	Creme de abacate	Canja (arroz, batata e cenoura) com frango

3ª Semana



DATA	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
2ª Feira 18/03	Bisnaguinha com requeijão e leite integral com chocolate	Arroz, feijão, frango refogado com abobrinha e salada de beterraba	Maçã	Sopa de ervilha e legumes (chuchu e batata) com carne bovina moída
3ª Feira 19/03	Pão hot dog integral com manteiga e *composto lácteo	Arroz, feijão, carne bovina com batata doce e salada de pepino	Abacaxi	Risoto com carne bovina moída, milho e ervilha
4ª Feira 20/03	Bisnaguinha com requeijão e *composto lácteo	Arroz, feijão, carne bovina moída com cenoura e salada de abobrinha	Caqui	Sopa de feijão, legumes (chuchu e batata) com frango
5ª Feira 21/03	Biscoito cream cracker e *composto lácteo	Arroz, feijão, ovo mexido com ervilha e salada de chuchu	Banana	Sopa de ervilha, legumes (inhame e abobrinha) com carne bovina
6ª Feira 22/03	Pão hot dog integral com manteiga e leite integral com chocolate	Arroz, feijão, hambúrguer bovino ao molho de tomate e salada de acelga	Suco de abacaxi com beterraba	Sopa creme de mandioquinha com frango

4ª Semana



DATA	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
2ª Feira 25/03	Bolinho integral de chocolate e *composto lácteo	Arroz, feijão, carne bovina refogada com milho e ervilha e salada de cenoura ralada	Melancia	Canja (arroz, batata e cenoura) com frango
3ª Feira 26/03	Bisnaguinha com requeijão e *composto lácteo	Arroz, feijão, almôndegas (carne bovina moída <i>in natura</i>) ao sugo e salada de repolho	Melão	Sopa de lentilha, cenoura e chuchu com carne bovina moída
4ª Feira 27/03	Pão hot dog integral com manteiga e leite integral com chocolate	Arroz, feijoada (feijão preto com carne suína) e couve refogada	Banana	Sopa creme de brócolis e batata com frango
5ª Feira 28/03	Pão hot dog integral com requeijão e *composto lácteo	Arroz, feijão, frango com batata e salada de acelga	Caqui	Sopa de feijão e chuchu com carne bovina moída
6ª Feira 29/03	Bisnaguinha com manteiga e leite integral com chocolate	Arroz, feijão, omelete de forno com ervilha e salada de beterraba	Suco de melancia	Sopa de ervilha, batata e abobrinha com carne bovina

Cristiana Pessoa Fernandes
Nutricionista
CRN3 – 44.252

* 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)	Lípidos (g)
Referência FNDE/PNAE	700	114,9	21,9	17,5
Cardápio Calculado	892,2	115,0	38,9	34,9

