



Prefeitura Municipal de Itirapina - SP
Secretaria Municipal da Educação e Cultura
Merenda Escolar

CARDÁPIO SEMANAL - SETEMBRO 2024
E.M.E.F. "JOSÉ CRUZ"

Tipo de Cardápio: Fundamental
Faixa Etária: 6 - 10 anos

Período: Parcial
Consumo: De 02/09/Seg à 06/09/Sex

Semana	Horário	Cardápio	SEGUNDA 2	TERÇA 3	QUARTA 4	QUINTA 5	SEXTA 6
1	06h20	Café da manhã	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga
	09h55 – 11h05	Refeição manhã	Arroz + feijão + carne moída refogada Salada: repolho	Arroz + feijão + omelete ou ovos mexidos com abobrinha e cenoura Salada: Alface Sobremesa: banana	Arroz + feijão + Carne Caipira (carne cubos, mandioquinha, milho e vagem) Salada: Tomate Sobremesa: Maçã	Arroz + feijão + frango cubos refogado Salada: Almeirão Sobremesa: Melancia	Arroz + feijão + carne iscas (bovina) acebolada Salada: Cenoura ralada
	14h30 – 15h40	Refeição tarde	Arroz + feijão + carne moída refogada Salada: repolho	Arroz + feijão + omelete ou ovos mexidos com abobrinha e cenoura Salada: Alface Sobremesa: banana	Arroz + feijão + Carne Caipira (carne cubos, mandioquinha, milho e vagem) Salada: Tomate Sobremesa: Maçã	Arroz + feijão + frango cubos refogado Salada: Almeirão Sobremesa: Melancia	Arroz + feijão + carne iscas (bovina) acebolada Salada: Cenoura ralada

Considerações:

- 1 - A fruta deverá ser servida de acordo com o seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento;
- 2 - O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados ou saladas;
- 3 - Cardápio sujeito a alterações;
- 4 - Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar em local visível, conforme Resolução FNDE nº 06/2020.


Samara Agda dos Santos
Nutricionista CRN3 30914



Prefeitura Municipal de Itirapina - SP
Secretaria Municipal da Educação e Cultura
Merenda Escolar

CARDÁPIO SEMANAL - SETEMBRO 2024
E.M.E.F. "JOSÉ CRUZ"

Tipo de Cardápio: Fundamental
Faixa Etária: 6 - 10 anos

Período: Parcial
Consumo: De 09/09/Seg à 13/09/Sex

Semana	Horário	Cardápio	SEGUNDA 9	TERÇA 10	QUARTA 11	QUINTA 12	SEXTA 13
2	06h20	Café da manhã	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga
	09h40 – 10h50	Refeição manhã	Arroz + feijão + frango arrepiado (frango cubos, abobrinha e cenoura raladas) Salada: Chuchu	Arroz + feijão + isca de pernil cebollado Salada: Alface Sobremesa: maçã	Arroz + Strogonoff de frango cubos, batata assada Salada: Tomate Sobremesa: mamão	Arroz + feijão + carne tiras refogada Salada: Cenoura Sobremesa: tangerina murcote	Macarronada ao molho com carne moída Salada: Pepino
	14h30 – 15h15	Refeição tarde	Arroz + feijão + frango arrepiado (frango cubos, abobrinha e cenoura raladas) Salada: Chuchu	Arroz + feijão + isca de pernil cebollado Salada: Alface Sobremesa: maçã	Arroz + Strogonoff de frango cubos, batata assada Salada: Tomate Sobremesa: mamão	Arroz + feijão + carne tiras refogada Salada: Cenoura Sobremesa: tangerina murcote	Macarronada ao molho com carne moída Salada: Pepino

Considerações:

- 1 - A fruta deverá ser servida de acordo com o seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento;
- 2 - O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados ou saladas;
- 3 - Cardápio sujeito a alterações;
- 4 - Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar em local visível, conforme Resolução FNDE nº 06/2020.


Samara Agda dos Santos
Nutricionista CRN3 30914



Prefeitura Municipal de Itirapina - SP
Secretaria Municipal da Educação e Cultura
Merenda Escolar

CARDÁPIO SEMANAL - SETEMBRO 2024
E.M.E.F. "JOSÉ CRUZ"

Tipo de Cardápio: Fundamental
Faixa Etária: 6 - 10 anos

Período: Parcial
Consumo: De 16/09/Seg à 20/09/Sex

Semana	Horário	Cardápio	SEGUNDA 16	TERÇA 17	QUARTA 18	QUINTA 19	SEXTA 20
3	06h20	Café da manhã	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga
	09h40 – 10h50	Refeição manhã	Arroz + feijão + frango sassami molho Salada: Repolho	Arroz + feijão + carne cubos refogada, farofa de ovos Salada: Alface Sobremesa: banana	Arroz + feijão + frango cubos com batata Salada: Cenoura Sobremesa: maçã	Arroz + feijão + Picadinho de carne tiras com legumes (chuchu, abobrinha, cenoura) Salada: Tomate Sobremesa: laranja	Arroz + feijão + carne moída com tomate Salada: Pepino
	14h30 – 15h15	Refeição tarde	Arroz + feijão + frango sassami molho Salada: Repolho	Arroz + feijão + carne cubos refogada, farofa de ovos Salada: Alface Sobremesa: banana	Arroz + feijão + frango cubos com batata Salada: Cenoura Sobremesa: maçã	Arroz + feijão + Picadinho de carne tiras com legumes (chuchu, abobrinha, cenoura) Salada: Tomate Sobremesa: laranja	Arroz + feijão + carne moída com tomate Salada: Pepino

Considerações:

- 1 - A fruta deverá ser servida de acordo com o seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento;
- 2 - O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados ou saladas;
- 3 - Cardápio sujeito a alterações;
- 4 - Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar em local visível, conforme Resolução FNDE nº 06/2020.


Samara Agda dos Santos
Nutricionista, CRN3 30914



Prefeitura Municipal de Itirapina - SP
Secretaria Municipal da Educação e Cultura
Merenda Escolar

CARDÁPIO SEMANAL - SETEMBRO 2024
E.M.E.F. "JOSÉ CRUZ"

Tipo de Cardápio: Fundamental
Faixa Etária: 6 - 10 anos

Período: Parcial
Consumo: De 23/09/Seg à 27/09/Sex

Semana	Horário	Cardápio	SEGUNDA 23	TERÇA 24	QUARTA 25	QUINTA 26	SEXTA 27
4	06h20	Café da manhã	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga
	09h40 – 10h50	Refeição manhã	Arroz + feijão + carne cubos acebolada Salada: Chuchu com tomate	Arroz + feijão + pernil com legumes (brocolis, cenoura e vagem) Salada: Alface Sobremesa: banana	Arroz + feijão + frango sassami com batata doce Salada: Almeirão Sobremesa: maçã	Arroz + Feijão + carne moída refogada Salada: Tomate Sobremesa: Mamão	Macarronada ao molho com almôndegas Salada: Pepino
	14h30 – 15h15	Refeição tarde	Arroz + feijão + carne cubos acebolada Salada: Chuchu com tomate	Arroz + feijão + pernil com legumes (brocolis, cenoura e vagem) Salada: Alface Sobremesa: banana	Arroz + feijão + frango sassami com batata doce Salada: Almeirão Sobremesa: maçã	Arroz + Feijão + carne moída refogada Salada: Tomate Sobremesa: Mamão	Macarronada ao molho com almôndegas Salada: Pepino

Considerações:

- 1 - A fruta deverá ser servida de acordo com o seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento;
- 2 - O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados ou saladas;
- 3 - Cardápio sujeito a alterações;
- 4 - Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar em local visível, conforme Resolução FNDE nº 06/2020.


Samara Agda dos Santos
Nutricionista CRN3 30914