



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

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

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

Período: Parcial
Consumo: De 30/09/Seg à 04/10/Sex

Semana	Horário	Cardápio	SEGUNDA 30	TERÇA 1	QUARTA 2	QUINTA 3	SEXTA 4
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	CC
	09h55 – 11h05	Refeição manhã	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA: REPOLHO COM TOMATE	ARROZ + FEIJÃO + OMELETE OU OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA E CENOURA SALADA: ALFACE SOBREMESA: BANANA	ARROZ + FEIJÃO + CARNE CUBOS COM BATATA SALADA: PEPINO SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO CUBOS AO MOLHO VERMELHO SALADA: ALMEIRÃO SOBREMESA: MELANCIA	
	14h30 – 15h40	Refeição tarde	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA: REPOLHO COM TOMATE	ARROZ + FEIJÃO + OMELETE OU OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA E CENOURA SALADA: ALFACE SOBREMESA: BANANA	ARROZ + FEIJÃO + CARNE CUBOS COM BATATA SALADA: PEPINO SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO CUBOS AO MOLHO VERMELHO SALADA: ALMEIRÃO SOBREMESA: MELANCIA	

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 - OUTUBRO 2024
E.M.E.F. "JOSÉ CRUZ"

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

Período: Parcial
Consumo: De 07/10/Seg à 11/10/Sex

Semana	Horário	Cardápio	SEGUNDA 7	TERÇA 8	QUARTA 9	QUINTA 10	SEXTA 11
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 + STROGONOFF DE CARNE ISCAS, BATATA RÚSTICA SALADA: ALFACE SOBREMESA: MAMÃO	PÃO COM SALSICHA AO MOLHO + SUCO DE ABACAXI + BOLO DE CHOCOLATE	ARROZ + FEIJÃO + ISCA DE PERNIL ACEBOLADO SALADA: BRÓCOLIS SOBREMESA: MAÇÃ	MACARRONADA AO MOLHO COM ALMONDEGAS SALADA: CENOURA E VAGEM SOBREMESA: TANGERINA MURCOTE
	14h30 – 15h15	Refeição tarde	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO ARREPIADO (FRANGO CUBOS, ABOBRINHA E CENOURA RALADAS) SALADA: CHUCHU	ARROZ + STROGONOFF DE CARNE ISCAS, BATATA RÚSTICA SALADA: ALFACE SOBREMESA: MAMÃO	PÃO COM SALSICHA AO MOLHO + SUCO DE ABACAXI + BOLO DE CHOCOLATE	ARROZ + FEIJÃO + ISCA DE PERNIL ACEBOLADO SALADA: BRÓCOLIS SOBREMESA: MAÇÃ	MACARRONADA AO MOLHO COM ALMONDEGAS SALADA: CENOURA E VAGEM SOBREMESA: TANGERINA MURCOTE

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 - OUTUBRO 2024
E.M.E.F. "JOSÉ CRUZ"

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

Período: Parcial
Consumo: De 14/10/Seg à 18/10/Sex

Semana	Horário	Cardápio	SEGUNDA 14	TERÇA 15	QUARTA 16	QUINTA 17	SEXTA 18
3	06h20	Café da manhã	EME	A/S	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 ISCAS COM CENOURA SALADA: TOMATE SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO SASSAMI ASSADO COM BATATA SALADA: ALMEIRÃO SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA COM TOMATE SALADA: PEPINO COM CENOURA
	14h30 – 15h15	Refeição tarde			ARROZ + FEIJÃO + CARNE ISCAS COM CENOURA SALADA: TOMATE SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO SASSAMI ASSADO COM BATATA SALADA: ALMEIRÃO SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ + FEIJÃO + CARNE MOÍDA COM TOMATE SALADA: PEPINO COM CENOURA

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 - OUTUBRO 2024
E.M.E.F. "JOSÉ CRUZ"

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

Período: Parcial
Consumo: De 21/10/Seg à 25/10/Sex

Semana	Horário	Cardápio	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
			21	22	23	24	25
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 + FRANGO CUBOS + CREME DE MILHO SALADA: CHUCHU COM TOMATE	ARROZ + FEIJÃO + PERNIL REFOGADO SALADA: ALFACE SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO SASSAMI COM BRÓCOLIS SALADA: ALMEIRÃO SOBREMESA: MELANCIA	ARROZ + FEIJÃO + CARNE ISCAS (BOVINA) COM ABÓBORA SALADA: TOMATE SOBREMESA: TANGERINA MURCOTE	MACARRONADA AO MOLHO COM CARNE MOÍDA SALADA: PEPINO
	14h30 – 15h15	Refeição tarde	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO CUBOS + CREME DE MILHO SALADA: CHUCHU COM TOMATE	ARROZ + FEIJÃO + PERNIL REFOGADO SALADA: ALFACE SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO SASSAMI COM BRÓCOLIS SALADA: ALMEIRÃO SOBREMESA: MELANCIA	ARROZ + FEIJÃO + CARNE ISCAS (BOVINA) COM ABÓBORA SALADA: TOMATE 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 - OUTUBRO 2024
E.M.E.F. "JOSÉ CRUZ"

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

Período: Parcial
Consumo: De 28/10/Seg à 01/11/Sex

Semana	Horário	Cardápio	SEGUNDA 28	TERÇA 29	QUARTA 30	QUINTA 31	SEXTA 1
5	06h20	Café da manhã	FERIADO	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: REPOLHO	ARROZ + FEIJÃO + STROGONOFF DE FRANGO CUBOS + BATATA DOCE ASSADA SALADA: ALFACE SOBREMESA: BANANA	ARROZ + FEIJÃO + CARNE ISCAS (BOVINA) AO MOLHO SALADA: PEPINO SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO SASSAMI REFOGADO SALADA: TOMATE
	14h30 – 15h15	Refeição tarde		ARROZ + FEIJÃO + CARNE CUBOS ACEBOLADA SALADA: REPOLHO	ARROZ + FEIJÃO + STROGONOFF DE FRANGO CUBOS + BATATA DOCE ASSADA SALADA: ALFACE SOBREMESA: BANANA	ARROZ + FEIJÃO + CARNE ISCAS (BOVINA) AO MOLHO SALADA: PEPINO SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ + FEIJÃO + FRANGO SASSAMI REFOGADO SALADA: TOMATE

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