



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

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

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

Período: Parcial  
Consumo: De 04/03/Seg à 08/03/Sex

Semana	Horário	Cardápio	SEGUNDA 4	TERÇA 5	QUARTA 6	QUINTA 7	SEXTA 8
1	06h20	<b>Café da manhã</b>	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	<b>Refeição manhã</b>	Arroz + feijão + carne cubos refogada com tomate	Arroz + feijão + Omelete de forno ou ovos mexidos com abobrinha, cenoura e tomate <b>Salada:</b> Alface <b>Sobremesa:</b> banana	Arroz + feijão + carne isca acebolada Salada: Repolho	Arroz + feijão + frango refogado <b>Salada:</b> Acelga <b>Sobremesa:</b> Melancia	Arroz + feijão + carne moída com cenoura <b>Salada:</b> Pepino
	14h30 – 15h40	<b>Refeição tarde</b>	Arroz + feijão + carne cubos refogada com tomate	Arroz + feijão + Omelete de forno ou ovos mexidos com abobrinha, cenoura e tomate <b>Salada:</b> Alface <b>Sobremesa:</b> banana	Arroz + feijão + carne isca acebolada Salada: Repolho	Arroz + feijão + frango refogado <b>Salada:</b> Acelga <b>Sobremesa:</b> Melancia	Arroz + feijão + carne moída com cenoura <b>Salada:</b> 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 - MARÇO 2024  
E.M.E.F. "JOSÉ CRUZ"

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

Período: Parcial  
Consumo: De 11/03/Seg à 15/03/Sex

Semana	Horário	Cardápio	SEGUNDA 11	TERÇA 12	QUARTA 13	QUINTA 14	SEXTA 15
2	06h20	<b>Café da manhã</b>	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	<b>Refeição manhã</b>	Arroz + feijão + carne moída com abobrinha	Arroz + Strogonoff de frango (cubos) + batata assada <b>Salada: Alface</b> <b>Sobremesa: mamão</b>	Arroz + feijão + carne isca refogada <b>Salada: Almeirão</b> <b>Sobremesa: banana</b>	Arroz + feijão + sassami com cenoura <b>Salada: Couve</b>	Macarronada ao molho com almondugas <b>Salada: Acelga</b> <b>Sobremesa: Maçã</b>
	14h30 – 15h15	<b>Refeição tarde</b>	Arroz + feijão + carne moída com abobrinha	Arroz + Strogonoff de frango (cubos) + batata assada <b>Salada: Alface</b> <b>Sobremesa: mamão</b>	Arroz + feijão + carne isca refogada <b>Salada: Almeirão</b> <b>Sobremesa: banana</b>	Arroz + feijão + sassami com cenoura <b>Salada: Couve</b>	Macarronada ao molho com almondugas <b>Salada: Acelga</b> <b>Sobremesa: Maçã</b>

**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 - MARÇO 2024  
E.M.E.F. "JOSÉ CRUZ"

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

Período: Parcial  
Consumo: De 18/03/Seg à 22/03/Sex

Semana	Horário	Cardápio	SEGUNDA 18	TERÇA 19	QUARTA 20	QUINTA 21	SEXTA 22
3	06h20	<b>Café da manhã</b>	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	<b>Refeição manhã</b>	Arroz + feijão + frango cubos com cenoura	Arroz + feijão + carne cubos refogada <b>Salada: Tomate</b> <b>Sobremesa: Maçã</b>	Arroz + feijão + carne suína acebolada + <b>Salada: Pepino</b>	Arroz + feijão + salsami com tomate <b>Salada: Acelga</b> <b>Sobremesa: Melancia</b>	Arroz + feijão + carne moída com abobrinha <b>Salada: Repolho</b>
	14h30 – 15h15	<b>Refeição tarde</b>	Arroz + feijão + frango cubos com cenoura	Arroz + feijão + carne cubos refogada <b>Salada: Tomate</b> <b>Sobremesa: Maçã</b>	Arroz + feijão + carne suína acebolada + <b>Salada: Pepino</b>	Arroz + feijão + salsami com tomate <b>Salada: Acelga</b> <b>Sobremesa: Melancia</b>	Arroz + feijão + carne moída com abobrinha <b>Salada: Repolho</b>

**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 - MARÇO 2024  
E.M.E.F. "JOSÉ CRUZ"

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

Período: Parcial  
Consumo: De 25/03/Seg à 29/03/Sex

Semana	Horário	Cardápio	SEGUNDA 25	TERÇA 26	QUARTA 27	QUINTA 28	SEXTA 29
4	06h20	Café da manhã	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga	Leite com cacau + pão francês com manteiga	<b>PONTO FACULTATIVO</b>
	09h40 – 10h50	Refeição manhã		Arroz + feijão + carne tiras refogada com tomate	Arroz + feijão + frango cubos com abobrinha <b>Salada: Alface</b> <b>Sobremesa: banana</b>	Arroz + feijão + carne moída com cenoura <b>Salada: Acelga</b> <b>Sobremesa: Maçã</b>	
	14h30 – 15h15	Refeição tarde		Arroz + feijão + carne tiras refogada com tomate	Arroz + feijão + frango cubos com abobrinha <b>Salada: Alface</b> <b>Sobremesa: banana</b>	Arroz + feijão + carne moída com cenoura <b>Salada: Acelga</b> <b>Sobremesa: Maçã</b>	

**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