



**PREFEITURA MUNICIPAL DE VOTUPORANGA - SP / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

Rua Pernambuco, nº 4865 - CEP: 15.500-006 TEL: (17) 3405-9750

**CARDÁPIOS D - JULHO 2022**

Alunos do Ensino fundamental II (11 a 15 anos) e médio (16 a 18 anos) em período parcial

RT's : **Fernanda Almeida Lourenção CRN(3): 16.797 / Poliana Falchi CRN(3): 10.215**

Prof.<sup>a</sup> Enny Tereza Longo Fracaro EE Prof.<sup>o</sup> Cícero Barbosa Lima Júnior EE Dr. José Manoel Lobo



DATA	25-jul	26-jul	27-jul	28-jul	29-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Refeição 10h/16h/21:30h	Férias	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Farofa simples(cenoura e ervilhas)	Arroz Feijão Carne moída refogada c/ batata Salada de repolho	Galinhada(cenoura, milho verde e abóbriha brasil) Salada de beterraba	Arroz Pernil acebolado Creme de milho Salada de alface

Informação Nutricional (média semanal) - 30%					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	
	460.33	71.2	21.63	9.44	

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011



PREFEITURA MUNICIPAL DE VOTUPORANGA - SP / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua Pernambuco, nº 4865 - CEP: 15.500-006 TEL: (17) 3405-9750

CARDÁPIOS D - JULHO 2022

Alunos do Ensino fundamental II (11 a 15 anos) e médio (16 a 18 anos) em período parcial

RT's : Fernanda Almeida Lourenção CRN(3): 16.797 / Poliana Falchi CRN(3): 10.215



EE Prof.<sup>a</sup> Uzenir Coelho Zeitune ETEC -Frei Arnaldo de Itaporanga EE Prof.<sup>a</sup> Sarah Arnold Barbosa

DATA	25-jul	26-jul	27-jul	28-jul	29-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche da manhã 08:30h	Férias	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ requeijão	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ manteiga	Leite c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho
Cardápio D Refeição 11:15h	Férias	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Farofa simples(cenoura e ervilhas)	Arroz Feijão Carne moída refogada c/ batata Salada de repolho	Galinhada(cenoura, milho verde e abóbriha paulista) Feijão Salada de beterraba	Arroz Pernil acebolado Creme de milho Salada de alface
Lanche da tarde 14:30h	Férias	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
783.62	108.51	31.61	19.81

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011



PREFEITURA MUNICIPAL DE VOTUPORANGA - SP / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua Pernambuco, nº 4865 - CEP: 15.500-006 TEL: (17) 3405-9750

CARDÁPIOS D - JULHO 2022

Alunos do Ensino fundamental II (11 a 15 anos) e médio (16 a 18 anos) em período parcial

RT's : Fernanda Almeida Lourenção CRN(3): 16.797 / Poliana Falchi CRN(3): 10.215



EE Prof.<sup>a</sup> Maria Nívea Costa Pinto de Freitas EE Prof.<sup>a</sup> Juraci Lima Lupo - EE Dr José Manoel Lobo EE Prof.<sup>a</sup> Esmeralda Sanches da Rocha - EE Sebastião Almeida Oliveira

DATA	25-jul	26-jul	27-jul	28-jul	29-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche 09:15h/16:30h	Férias	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ requeijão + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ manteiga + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho + Fruta
Cardápio D Refeição 11:45h/19:00h	Férias	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Farofa simples(cenoura e ervilhas)	Arroz Feijão Carne moída refogada c/ batata Salada de repolho	Galinhada(cenoura, milho verde e abóbriha paulista) Feijão Salada de beterraba	Arroz Pernil acebolado Creme de milho Salada de alface

Informação Nutricional (média semanal) - 30%

	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	
	783.62	108.51	31.61	19.81	

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011



**PREFEITURA MUNICIPAL DE VOTUPORANGA - SP / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

Rua Pernambuco, nº 4865 - CEP: 15.500-006 TEL: (17) 3405-9750

**CARDÁPIOS D - JULHO 2022**

Alunos do Ensino fundamental II (11 a 15 anos) e médio (16 a 18 anos) em período parcial

RT's : **Fernanda Almeida Lourenção CRN(3): 16.797 / Poliana Falchi CRN(3): 10.215**



EE Prof.<sup>a</sup> Enny Tereza Longo Fracaro

DATA	25-jul	26-jul	27-jul	28-jul	29-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Refeição 12:30h	Férias	Pão c/ molho de carne desfiada (cubos) Suco	Pão c/ molho de carne moída Suco	Pão c/ molho de frango desfiado Suco	Pão c/ molho de pernil desfiado Suco



PREFEITURA MUNICIPAL DE VOTUPORANGA - SP / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua Pernambuco, nº 4865 - CEP: 15.500-006 TEL: (17) 3405-9750

CARDÁPIOS D - JULHO 2022

Alunos do Ensino fundamental II (11 a 15 anos) e médio (16 a 18 anos) em período parcial

RT's : Fernanda Almeida Lourenção CRN(3): 16.797 / Poliana Falchi CRN(3): 10.215



IFSP - Instituto Federal de São Paulo

DATA	4-jul	5-jul	6-jul	7-jul	8-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche da manhã 08:30h	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ manteiga	Leite c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ requeijão	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado
Cardápio D Refeição 11:15h	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Salada de repolho	Macarrão ao molho de carne moída Salada de pepino c/ tomate	Arroz Frango em molho c/ quiabo Polenta cremosa Salada de alface	Arroz Feijão Carne cozida c/ abóbora moranga Salada de acelga Abacaxi	Arroz Feijão Pernil c/ mandioca Salada de couve
Lanche da tarde 14:30h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
783.62	108.51	31.61	19.81

DATA	11-jul	12-jul	13-jul	14-jul	15-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche da manhã 08:30h	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ requeijão	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ requeijão	Leite c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado
Cardápio D Refeição 11:15h	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Farofa simples(cenoura e ervilhas)	Arroz Feijão Carne moída refogada c/ batata Salada de repolho	Galinhada(cenoura, milho verde e abóbriha paulista) Salada de beterraba	Arroz Feijão Pernil acebolado c/ mandioca Salada de alface	Macarrão ao molho de carne moída Salada de repolho c/ cenoura
Lanche da tarde 14:30h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
731.97	107.51	30.64	19.93



PREFEITURA MUNICIPAL DE VOTUPORANGA - SP / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua Pernambuco, nº 4865 - CEP: 15.500-006 TEL: (17) 3405-9750

CARDÁPIOS D - JULHO 2022 - SEM LEITE

Alunos do Ensino fundamental II (11 a 15 anos) e médio (16 a 18 anos) em período parcial

RT's : Fernanda Almeida Lourenção CRN(3): 16.797 / Poliana Falchi CRN(3): 10.215



EE Prof.<sup>a</sup> Maria Nívea Costa Pinto de Freitas EE Prof.<sup>a</sup> Juraci Lima Lupo - EE Dr José Manoel Lobo EE Prof.<sup>a</sup> Esmeralda Sanches da Rocha - EE Sebastião Almeida Oliveira

DATA	25-jul	26-jul	27-jul	28-jul	29-jul
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche 09:15h/16:30h	Férias	Leite de soja c/ chocolate em pó Biscoito s/ lactose + Fruta	Leite de soja c/ chocolate em pó Pão c/ margarina s/ leite + Fruta	Leite de soja c/ chocolate em pó Pão c/ margarina s/ leite + Fruta	Leite de soja c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho s/ leite + Fruta
Cardápio D Refeição 11:45h/19:00h	Férias	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Farofa simples(cenoura e ervilhas)	Arroz Feijão Carne moída refogada c/ batata Salada de repolho	Galinhada(cenoura, milho verde e abóbriha paulista) Feijão Salada de beterraba	Arroz Pernil acebolado Milho verde refogado Salada de alface

Informação Nutricional (média semanal) - 30%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)
783.62	108.51	31.61	19.81

Fonte: TACO 4ª Edição 2011 / Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011