

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

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

CARDÁPIOS D - AGOSTO 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.^a Enny Tereza Longo Fracaro EE Prof.^o Cícero Barbosa Lima Júnior EE Dr. José Manoel Lobo

DATA	1-ago	2-ago	3-ago	4-ago	5-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Refeição 10h/16h/21:30h	Arroz Feijão Almôndegas ao sugo Salada de pepino c/ tomate	Arroz Fricassê de frango(creme de milho e frango) Salada de repolho	Arroz Feijão Pernil c/ mandioca Farofa simples(cenoura e ervilhas)	Arroz Feijão Carne cozida c/ abóbora moranga Salada de couve Laranja	Galinhada(frango, cenoura, milho verde e abóbriinha brasileira) Salada de alface

Informação Nutricional (média semanal) - 30%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)
441.27	70.55	20.5	8.3

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

DATA	8-ago	9-ago	10-ago	11-ago	12-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Refeição 10h/16h/21:30h	FERIADO	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Salada de pepino	Macarrão c/ molho de carne moída Salada de acelga c/ tomate	Arroz Feijoadinha(carne em cubos e pernil em cubos) Farofa de couve, cenoura e ovos Laranja	Arroz Feijão Isclas aceboladas(carne em tiras) Salada de beterraba e cenoura

Informação Nutricional (média semanal) - 30%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)
426.33	69.07	23.09	6.4

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

DATA	15-ago	16-ago	17-ago	18-ago	19-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Refeição 10h/16h/21:30h	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Salada de repolho	Arroz Estrogonofe de frango Salada de batata e cenoura	Arroz Feijão Carne moída refogada Salada de alface c/ cenoura	Arroz Carne cozida(cubos) c/ batata doce Salada de pepino Maçã	Arroz Feijão Frango ao molho c/ batata Salada de acelga

Informação Nutricional (média semanal) - 30%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)
445.51	68.38	20.91	9.22

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

DATA	22-ago	23-ago	24-ago	25-ago	26-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Refeição 10h/16h/21:30h	Arroz Feijão Frango moreno Salada de chuchu e cenoura	Arroz Carne cozida(cubos) c/ batata Salada de repolho	Arroz Feijão Carne moída refogada c/ batata doce Salada de alface	Galinhada(frango, cenoura, milho verde e abóbriinha brasileira) Salada de beterraba Laranja	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Salada de acelga

Informação Nutricional (média semanal) - 30%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)
390.59	63.18	19.7	6.08

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

DATA	29-ago	30-ago	31-ago	1-set	2-set
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira

Cardápio D Refeição 10h/16h/21:30h	Arroz Feijão Frango cozido c/ quiabo Salada de pepino	Macarrão c/ molho de pernil desfiado Salada de acelga c/ tomate	Arroz Estrogonofe de carne(tiras) Salada de repolho bicolor c/ tomate	Arroz Feijão Frango cozido c/ batata Salada de couve Banana nanica	Arroz Feijão Carne moída refogada c/ mandioca Salada de alface
--	---	--	--	--	---

Informação Nutricional (média semanal) - 30%					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	380.23	58.11	20	7.06	

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 - AGOSTO 2022

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

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



EE Prof.ª Uzenir Coelho Zeitune ETEC -Frei Arnaldo de Itaporanga EE Prof.ª Sarah Arnold Barbosa IFSP - Instituto Federal de São Paulo

DATA	1-ago	2-ago	3-ago	4-ago	5-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche da manhã 08:30h	Cereal matinal sem açúcar c/ leite c/ chocolate em pó	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ manteiga	Leite c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho	Leite c/ chocolate em pó Pão de forma c/ muçarela	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado
Cardápio D Refeição 11:15h	Arroz Feijão Almôndegas ao sugo Salada de pepino c/ tomate	Arroz Fricassê de frango(creme de milho e frango) Salada de repolho	Arroz Feijão Pernil c/ mandioca Farofa simples(cenoura e ervilhas)	Arroz Feijão Carne cozida c/ abóbora moranga Salada de couve Laranja	Galinhada(frango, cenoura, milho verde e abóbriha brasileira) Salada de alface
Lanche da tarde 14:30h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
780.05	112.98	30.99	19.02

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

DATA	8-ago	9-ago	10-ago	11-ago	12-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche da manhã 08:30h	FERIADO	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ manteiga	Leite c/ chocolate em pó Bolo simples	Leite c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho
Cardápio D Refeição 11:15h	FERIADO	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Salada de pepino	Macarrão c/ molho de carne moída Salada de acelga c/ tomate	Arroz Feijoadilha(carne em cubos e pernil em cubos) Farofa de couve, cenoura e ovos Laranja	Arroz Feijão Isclas aceboladas(carne em tiras) Salada de beterraba e cenoura
Lanche da tarde 14:30h	FERIADO	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
792.69	112.37	34.59	18.85

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 - AGOSTO 2022

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

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



EE Prof.ª Uzenir Coelho Zeitune ETEC -Frei Arnaldo de Itaporanga EE Prof.ª Sarah Arnold Barbosa IFSP - Instituto Federal de São Paulo

DATA	15-ago	16-ago	17-ago	18-ago	19-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche da manhã 08:30h	Cereal matinal sem açúcar c/ bebida láctea de morango	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ requeijão	Leite c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho	Leite c/ chocolate em pó Pão de forma c/ muçarela	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado
Cardápio D Refeição 11:15h	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Salada de repolho	Arroz Estrogonofe de frango Salada de batata e cenoura	Arroz Feijão Carne moída refogada Salada de alface c/ cenoura	Arroz Carne cozida(cubos) c/ batata doce Salada de pepino Maçã	Arroz Feijão Frango ao molho c/ batata Salada de acelga
Lanche da tarde 14:30h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
816.04	117.54	33.13	19.36

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

DATA	22-ago	23-ago	24-ago	25-ago	26-ago
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 Bolo de coco	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado
Cardápio D Refeição 11:15h	Arroz Feijão Frango moreno Salada de chuchu e cenoura	Arroz Carne cozida(cubos) c/ batata Salada de repolho	Arroz Feijão Carne moída refogada c/ batata doce Salada de alface	Galinhada(frango, cenoura, milho verde e abóbriinha brasileira) Salada de beterraba Laranja	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Salada de acelga
Lanche da tarde 14:30h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
718.4	103.01	17.41	29.31

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

DATA	29-ago	30-ago	31-ago	1-set	2-set
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche da manhã 08:30h	Leite c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho	Leite c/ chocolate em pó Pão de forma c/ muçarela	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ requeijão	Leite c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho
Cardápio D Refeição 11:15h	Arroz Feijão Frango cozido c/ cenoura Salada de pepino	Macarrão c/ molho de pernil desfiado Salada de acelga c/ tomate	Arroz Estrogonofe de carne(tiras) Salada de repolho bicolor c/ tomate	Arroz Feijão Frango cozido c/ batata de couve Banana nanica	Arroz Feijão Carne moída refogada c/ mandioca Salada de alface

Lanche da tarde 14:30h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
---------------------------	-------	-------	-------	-------	-------

Informação Nutricional (média semanal) - 70%					
	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	
	729.8	96.93	18.91	31.8	

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 - AGOSTO 2022

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

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



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

DATA	1-ago	2-ago	3-ago	4-ago	5-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche 09:15h/16:30h	Cereal matinal sem açúcar c/ leite c/ chocolate em pó + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ manteiga + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Pão de forma c/ muçarela + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado + Fruta
Cardápio D Refeição 11:45h/19:00h	Arroz Feijão Almôndegas ao sugo Salada de pepino c/ tomate	Arroz Fricassê de frango(creme de milho e frango) Salada de repolho	Arroz Feijão Pernil c/ mandioca Farofa simples(cenoura e ervilhas)	Arroz Feijão Carne cozida c/ abóbora moranga Salada de couve Laranja	Galinhada(frango, cenoura, milho verde e abóbriinha brasileira) Salada de alface

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
780.05	112.98	30.99	19.02

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

DATA	8-ago	9-ago	10-ago	11-ago	12-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche 09:15h/16:30h	FERIADO	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ manteiga + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Bolo simples + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho + Fruta
Cardápio D Refeição 11:45h/19:00h	FERIADO	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Salada de pepino	Macarrão c/ molho de carne moída Salada de acelga c/ tomate	Arroz Feijoadinha(carne em cubos e pernil em cubos) Farofa de couve, cenoura e ovos Laranja	Arroz Feijão Isclas aceboladas(carne em tiras) Salada de beterraba e cenoura

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
792.69	112.37	34.59	18.85

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 - AGOSTO 2022

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

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



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

DATA	15-ago	16-ago	17-ago	18-ago	19-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche 09:15h/16:30h	Cereal matinal sem açúcar c/ bebida láctea de morango + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ requeijão + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Pão de forma c/ muçarela + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado + Fruta
Cardápio D Refeição 11:45h/19:00h	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Salada de repolho	Arroz Estrogonofe de frango Salada de batata e cenoura	Arroz Feijão Carne moída refogada Salada de alface c/ cenoura	Arroz Carne cozida(cubos) c/ batata doce Salada de pepino Maçã	Arroz Feijão Frango ao molho c/ batata Salada de acelga

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
816.04	117.54	33.13	19.36

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

DATA	22-ago	23-ago	24-ago	25-ago	26-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche 09:15h/16:30h	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ manteiga + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Bolo de coco + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado + Fruta
Cardápio D Refeição 11:45h/19:00h	Arroz Feijão Frango moreno Salada de chuchu e cenoura	Arroz Carne cozida(cubos) c/ batata Salada de repolho	Arroz Feijão Carne moída refogada c/ batata doce Salada de alface	Galinhada(frango, cenoura, milho verde e abóbriinha brasileira) Salada de beterraba Laranja	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Salada de acelga

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
718.4	103.01	17.41	29.31

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

DATA	29-ago	30-ago	31-ago	1-set	2-set
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche 09:15h/16:30h	Leite c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Pão de forma c/ muçarela + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Biscoito salgado + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Pão c/ requeijão + Fruta	Leite c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho + Fruta
Cardápio D Refeição 11:45h/19:00h	Arroz Feijão Frango cozido c/ quiabo Salada de pepino	Macarrão c/ molho de pernil desfiado Salada de acelga c/ tomate	Arroz Estrogonofe de carne(tiras) Salada de repolho bicolor c/ tomate	Arroz Feijão Frango cozido c/ batata de couve Banana nanica	Arroz Feijão Carne moída refogada c/ mandioca Salada de alface

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
729.8	96.93	18.91	31.8

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 - AGOSTO 2022

Refeição (manhã) para alunos do Ensino Médio (16 a 18 anos) em horário estendido

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



EE Prof.ª Enny Tereza Longo Fracaro

DATA	1-ago	2-ago	3-ago	4-ago	5-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Refeição	Pão c/ molho de carne moída Suco	Pão c/ molho de frango desfiado Suco	Pão c/ molho de pernil desfiado Suco	Pão c/ molho de carne desfiada (cubos) Suco	Pão c/ molho de frango desfiado Suco

DATA	8-ago	9-ago	10-ago	11-ago	12-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Refeição	FERIADO	Pão c/ molho de carne desfiada (cubos) Suco	Pão c/ molho de carne moída Suco	Pão c/ molho de pernil desfiado Suco	Pão c/ molho de carne desfiada (tiras) Suco

DATA	15-ago	16-ago	17-ago	18-ago	19-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Refeição	Pão c/ molho de carne desfiada (cubos) Suco	Pão c/ molho de frango desfiado Suco	Pão c/ molho de carne moída Suco	Pão c/ molho de pernil desfiado Suco	Pão c/ molho de frango desfiado Suco

DATA	23-mai	24-mai	25-mai	26-mai	27-mai
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Refeição	Pão c/ molho de frango desfiado Suco	Pão c/ molho de carne desfiada (tiras) Suco	Pão c/ molho de carne moída Suco	Pão c/ molho de frango desfiado Suco	Pão c/ molho de carne desfiada (cubos) Suco

DATA	30-mai	31-mai	1-jun	2-jun	3-jun
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio D Refeição	Pão c/ molho de frango desfiado Suco	Pão c/ molho de pernil desfiado Suco	Pão c/ molho de carne desfiada (cubos) Suco	Pão c/ molho de frango desfiado Suco	Pão c/ molho de carne moída Suco



PREFEITURA MUNICIPAL DE VOTUPORANGA - SP / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

CARDÁPIOS D - AGOSTO 2022 - SEM LEITE

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

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



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

DATA	1-ago	2-ago	3-ago	4-ago	5-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche 09:15h/16:30h	Cereal matinal sem açúcar c/ leite de soja c/ chocolate em pó + 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	Leite de soja c/ chocolate em pó Pão de forma c/ margarina s/ leite + Fruta	Leite de soja c/ chocolate em pó Biscoito s/ lactose + Fruta
Cardápio D Refeição 11:45h/19:00h	Arroz Feijão Almôndegas ao sugo Salada de pepino c/ tomate	Arroz Frango em molho c/ milho verde Salada de repolho	Arroz Feijão Pernil c/ mandioca Farofa simples(cenoura e ervilhas)	Arroz Feijão Carne cozida c/ abóbora moranga Salada de couve Laranja	Galinhada(frango, cenoura, milho verde e abóbriha brasileira) Salada de alface

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
780.05	112.98	30.99	19.02

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

DATA	8-ago	9-ago	10-ago	11-ago	12-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche 09:15h/16:30h	FERIADO	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 Bolo s/ leite + Fruta	Leite de soja c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho s/ leite + Fruta
Cardápio D Refeição 11:45h/19:00h	FERIADO	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Salada de pepino	Macarrão c/ molho de carne moída Salada de acelga c/ tomate	Arroz Feijoadinha(carne em cubos e pernil em cubos) Farofa de couve, cenoura e ovos Laranja	Arroz Feijão Isclas aceboladas(carne em tiras) Salada de beterraba e cenoura

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
792.69	112.37	34.59	18.85

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 - AGOSTO 2022 - SEM LEITE

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

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



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

DATA	15-ago	16-ago	17-ago	18-ago	19-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche 09:15h/16:30h	Cereal matinal sem açúcar c/ iogurte zero lactose + 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	Leite de soja c/ chocolate em pó Pão de forma c/ margarina s/ leite + Fruta	Leite de soja c/ chocolate em pó Biscoito s/ lactose + Fruta
Cardápio D Refeição 11:45h/19:00h	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Salada de repolho	Arroz Frango cozido Salada de batata e cenoura	Arroz Feijão Carne moída refogada Salada de alface c/ cenoura	Arroz Carne cozida(cubos) c/ batata doce Salada de pepino Maçã	Arroz Feijão Frango ao molho c/ batata Salada de acelga

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
816.04	117.54	33.13	19.36

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

DATA	22-ago	23-ago	24-ago	25-ago	26-ago
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche 09:15h/16:30h	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 Biscoito de polvilho s/ leite+ Fruta	Leite de soja c/ chocolate em pó Bolo s/ leite + Fruta	Leite de soja c/ chocolate em pó Biscoito s/ lactose + Fruta
Cardápio D Refeição 11:45h/19:00h	Arroz Feijão Frango moreno Salada de chuchu e cenoura	Arroz Carne cozida(cubos) c/ batata Salada de repolho	Arroz Feijão Carne moída refogada c/ batata doce Salada de alface	Galinhada(frango, cenoura, milho verde e abóbriinha brasileira) Salada de beterraba Laranja	Arroz Feijão Carne cozida(cubos) c/ mandioca Salada de acelga

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
718.4	103.01	17.41	29.31

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

DATA	29-ago	30-ago	31-ago	1-set	2-set
Semana	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Cardápio B Lanche 09:15h/16:30h	Leite de soja c/ chocolate em pó Biscoito de polvilho s/ leite + Fruta	Leite de soja c/ chocolate em pó Pão de forma c/ margarina s/ leite + Fruta	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 Biscoito de polvilho s/ leite + Fruta
Cardápio D Refeição 11:45h/19:00h	Arroz Feijão Frango cozido c/ quiabo Salada de pepino	Macarrão c/ molho de pernil desfiado Salada de acelga c/ tomate	Arroz Carne em tiras refogada Salada de repolho bicolor c/ tomate	Arroz Feijão Frango cozido c/ batata de couve Banana nanica	Arroz Feijão Carne moída refogada c/ mandioca Salada de alface

Informação Nutricional (média semanal) - 70%

Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
729.8	96.93	18.91	31.8

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