



PREFEITURA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Secretaria Municipal de Educação

CARDÁPIO

Abril / 2024 - [MUNICIPAL] CARDÁPIO 1_2023 INTEGRAL PARCIAL (ALIMENTAÇÃO TRANSPORTADA) EDUCAÇÃO ESPECIAL EXCLUSIVA (6 - 15 ANOS) - INTEGRAL - Período Integral - Zona Urbana - SEM PATOLOGIA

Refeição	Horário	Segunda-Feira 1	Terça-Feira 2	Quarta-Feira 3	Quinta-Feira 4	Sexta-Feira 5
DESJEJUM	08h30min	SUCO DE MAÇA COM BETERRABA E BISCOITO SALGADO INTEGRAL	LEITE COM MAÇA E MAMÃO E AVEIA	SUCO DE ABACAXI COM COUVE E PAO DE TUBERCULO OU LEGUME	SUCO DE MELANCIA COM LIMAO E PAO DE TUBERCULO OU LEGUME COM QUEIJO	SUCO DE LARANJA COM MAMAO E TORTA DE LEGUMES COM ATUM
ALMOÇO	11h10min	ARROZ, FEIJAO, FRANGO ASSADO, SELETA DE LEGUMES E SALADA DE ACELGA	ARROZ, FEIJAO, CARNE MOIDA COM TOMATE, ABOBRINHA REFOGADA E SALADA DE PEPINO COM BETERRABA	ARROZ, FEIJAO, CARNE EM ISCAS COM CENOURA, PURE DE ABÓBORA E SALADA DE ALFACE	MACARRAO COM CARNE MOIDA E TOMATE, SELETA DE LEGUMES E SALADA DE ALMEIRAO	RISOTO DE FRANGO COM CENOURA E ABOBRINHA, FEIJAO, BATATA CORADA E SALADA DE CHICORIA
SOBREMESA	11h10min	ABACAXI	MELANCIA	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAÇA, MAMÃO E LARANJA)	MAMAO	MELAO
LANCHE DA TARDE	14 horas	SUCO DE MAÇA COM BETERRABA E BISCOITO SALGADO INTEGRAL	LEITE COM MAÇA E MAMÃO E AVEIA	SUCO DE ABACAXI COM COUVE E PAO DE TUBERCULO OU LEGUME	SUCO DE MELANCIA COM LIMAO E PAO DE TUBERCULO OU LEGUME COM QUEIJO	SUCO DE LARANJA COM MAMAO E TORTA DE LEGUMES COM ATUM

30 % das necessidades nutricionais diárias - Informação Nutricional					
Dias		Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Segunda-Feira	1	1011,730	163,845	34,528	25,685
Terça-Feira	2	871,685	112,126	39,655	31,604
Quarta-Feira	3	1155,025	192,694	38,168	21,735
Quinta-Feira	4	1278,545	166,128	53,639	41,188
Sexta-Feira	5	1073,046	184,286	37,056	24,828
Média		1078,006	163,816	40,609	29,008
Média %			60,785	15,068	24,218

Fonte: * TACO 4ª Edição 2011. * Tabela de Composição de alimentos Sônia Tucunduva 4ª Edição 2013. * Rótulos de alimentos.

Claudia Valdemarin
Nutricionista RT

CRN3 - 4924
Responsável Técnica

Setor de Alimentação Escolar - Avenida Almirante Tamandaré nº 675 - Cidade Nova - Indaiatuba / SP - Fone: (19) 3894-2127



PREFEITURA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Secretaria Municipal de Educação

CARDÁPIO

Abril / 2024 - [MUNICIPAL] CARDÁPIO 1_2023 INTEGRAL PARCIAL (ALIMENTAÇÃO TRANSPORTADA) EDUCAÇÃO ESPECIAL EXCLUSIVA (6 - 15 ANOS) - INTEGRAL - Período Integral - Zona Urbana - SEM PATOLOGIA

Refeição	Horário	Segunda-Feira 8	Terça-Feira 9	Quarta-Feira 10	Quinta-Feira 11	Sexta-Feira 12
DESJEJUM	08h30min	SUCO DE LARANJA COM BETERRABA E BISCOITO SALGADO INTEGRAL	SUCO DE MELANCIA COM LIMAO E EMPADÃO DE LEGUMES COM FRANGO	SUCO DE LARANJA COM COUVE E PAO DE TUBERCULO OU LEGUME COM MARGARINA	LEITE COM BANANA E MAÇÃ E AVEIA	SUCO DE MARACUJA COM CENOURA E PÃO DE TUBERCULO OU LEGUME COM PASTA DE ATUM
ALMOÇO	11h10min	ARROZ, FEIJAO, FRANGO COM BATATA, COUVE REFOGADA E SALADA DE ACELGA	ARROZ, FEIJAO, STROGONOFF DE CARNE COM CENOURA E TOMATE, BATATA CORADA E SALADA DE PEPINO	ARROZ, FEIJAO, CARNE MOIDA COM CENOURA, CHICORIA REFOGADA E SALADA DE ALFACE	ARROZ, FEIJAO, FRANGO COM ABOBRINHA, POLENTA E SALADA DE COUVE	ARROZ, FEIJAO, CARNE EM ISCAS COM ABOBORA, ACELGA REFOGADA E SALADA DE BETERRABA
SOBREMESA	11h10min	MAÇA	LARANJA	BANANA	MELANCIA	MAMAO
LANCHE DA TARDE	14 horas	SUCO DE LARANJA COM BETERRABA E BISCOITO SALGADO INTEGRAL	SUCO DE MELANCIA COM LIMAO E EMPADÃO DE LEGUMES COM FRANGO	SUCO DE LARANJA COM COUVE E PAO DE TUBERCULO OU LEGUME COM MARGARINA	LEITE COM BANANA E MAÇÃ E AVEIA	SUCO DE MARACUJA COM CENOURA E PÃO DE TUBERCULO OU LEGUME COM PASTA DE ATUM

30 % das necessidades nutricionais diárias - Informação Nutricional					
Dias		Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Segunda-Feira	8	978,000	161,555	31,866	24,685
Terça-Feira	9	1084,341	152,940	40,220	37,390
Quarta-Feira	10	1184,145	185,599	38,730	35,985
Quinta-Feira	11	829,440	123,583	37,384	23,672
Sexta-Feira	12	1325,855	219,621	46,857	34,154
Média		1080,356	168,660	39,011	31,177
Média %			62,446	14,444	25,972

Fonte: * TACO 4ª Edição 2011. * Tabela de Composição de alimentos Sônia Tucunduva 4ª Edição 2013. * Rótulos de alimentos.


Claudia Valdemarin
Nutricionista RT

CRN3 - 4924
Responsável Técnica

Setor de Alimentação Escolar - Avenida Almirante Tamandaré nº 675 - Cidade Nova - Indaiatuba / SP - Fone: (19) 3894-2127



PREFEITURA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Secretaria Municipal de Educação

CARDÁPIO

Abril / 2024 - [MUNICIPAL] CARDÁPIO 1_2023 INTEGRAL PARCIAL (ALIMENTAÇÃO TRANSPORTADA) EDUCAÇÃO ESPECIAL EXCLUSIVA (6 - 15 ANOS) - INTEGRAL - Período Integral - Zona Urbana - SEM PATOLOGIA

Refeição	Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
		15	16	17	18	19
DESJEJUM	08h30min	SUCO DE MARACUJA COM MAÇA E BISCOITO SALGADO INTEGRAL	SUCO DE LARANJA COM MAMAO E TORTA DE LEGUMES COM CARNE MOIDA	SUCO DE LARANJA COM CENOURA E PAO DE TUBERCULO OU LEGUME	LEITE COM BANANA E MAMÃO E AVEIA	SUCO DE MAÇA COM LIMAO E PAO DE TUBERCULO OU LEGUME COM QUEIJO
ALMOÇO	11h10min	MACARRAO COM ATUM E CENOURA, SELETA DE LEGUMES E SALADA DE CHICORIA	ARROZ, FEIJAO, FRANGO ASSADO, PURE DE BATATA E SALADA DE REPOLHO	ARROZ, FEIJAO, CARNE MOIDA COM ABOBORA, CHUCHU REFOGADO E SALADA DE ALFACE	ARROZ, FEIJAO, CARNE EM ISCAS COM CENOURA, ABOBRINHA REFOGADA E SALADA DE COUVE	ARROZ, FEIJAO, QUIBE ASSADO, ABOBORA REFOGADA E SALADA DE ALMEIRAO
SOBREMESA	11h10min	LARANJA	MELAO	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAÇÃ, MAMÃO E LARANJA)	MELANCIA	ABACAXI
LANCHE DA TARDE	14 horas	SUCO DE MARACUJA COM MAÇA E BISCOITO SALGADO INTEGRAL	SUCO DE LARANJA COM MAMAO E TORTA DE LEGUMES COM CARNE MOIDA	SUCO DE LARANJA COM CENOURA E PAO DE TUBERCULO OU LEGUME	LEITE COM BANANA E MAMÃO E AVEIA	SUCO DE MAÇA COM LIMAO E PAO DE TUBERCULO OU LEGUME COM QUEIJO

30 % das necessidades nutricionais diárias - Informação Nutricional					
Dias		Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Segunda-Feira	15	1183,930	202,239	30,455	34,743
Terça-Feira	16	1123,836	176,660	45,248	28,349
Quarta-Feira	17	1066,645	178,594	37,158	25,505
Quinta-Feira	18	893,375	116,220	41,054	32,055
Sexta-Feira	19	1415,225	198,537	54,063	41,562
Média		1136,602	174,450	41,596	32,443
Média %			61,394	14,639	25,689

Fonte: * TACO 4ª Edição 2011. * Tabela de Composição de alimentos Sônia Tucunduva 4ª Edição 2013. * Rótulos de alimentos.

Claudia Valdemarin
Nutricionista RT

CRN3 - 4924
Responsável Técnica

Setor de Alimentação Escolar - Avenida Almirante Tamandaré nº 675 - Cidade Nova - Indaiatuba / SP - Fone: (19) 3894-2127



PREFEITURA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Secretaria Municipal de Educação

CARDÁPIO

Abril / 2024 - [MUNICIPAL] CARDÁPIO 1_2023 INTEGRAL PARCIAL (ALIMENTAÇÃO TRANSPORTADA) EDUCAÇÃO ESPECIAL EXCLUSIVA (6 - 15 ANOS) - INTEGRAL - Período Integral - Zona Urbana - SEM PATOLOGIA

Refeição	Horário	Segunda-Feira 22	Terça-Feira 23	Quarta-Feira 24	Quinta-Feira 25	Sexta-Feira 26
DESJEJUM	08h30min	SUCO DE LARANJA COM COUVE E BISCOITO SALGADO INTEGRAL	SUCO DE MARACUJÁ COM CENOURA E TORTA DE LEGUMES COM CARNE MOIDA	SUCO DE ABACAXI COM MAÇA E PAO DE TUBERCULO OU LEGUME COM MARGARINA	LEITE COM BANANA E MAMÃO E AVEIA	SUCO DE MELAO COM LIMAO E PAO DE TUBERCULO OU LEGUME COM QUEIJO
ALMOÇO	11h10min	ARROZ, FEIJAO, QUIBE ASSADO, SELETA DE LEGUMES E SALADA DE ACELGA	ARROZ, FEIJAO, FRANGO COM TOMATE, CENOURA REFOGADA E SALADA DE REPOLHO	ARROZ, FEIJAO, CARNE EM ISCAS COM BATATA, FAROFA DE CENOURA E SALADA DE ALFACE	ARROZ, FEIJAO, FRANGO ASSADO, BATATA REFOGADA E SALADA DE ALMEIRÃO	ARROZ, FEIJOADINHA, COUVE REFOGADA E SALADA DE TOMATE
SOBREMESA	11h10min	MAÇA	MELANCIA	BANANA	MELAO	LARANJA
LANCHE DA TARDE	14 horas	SUCO DE LARANJA COM COUVE E BISCOITO SALGADO INTEGRAL	SUCO DE MARACUJÁ COM CENOURA E TORTA DE LEGUMES COM CARNE MOIDA	SUCO DE ABACAXI COM MAÇA E PAO DE TUBERCULO OU LEGUME COM MARGARINA	LEITE COM BANANA E MAMÃO E AVEIA	SUCO DE MELAO COM LIMAO E PAO DE TUBERCULO OU LEGUME COM QUEIJO

30 % das necessidades nutricionais diárias - Informação Nutricional					
Dias		Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Segunda-Feira	22	1112,975	170,388	37,400	33,444
Terça-Feira	23	1011,306	166,375	40,139	24,290
Quarta-Feira	24	1324,205	217,584	37,011	30,640
Quinta-Feira	25	834,840	117,219	40,822	24,388
Sexta-Feira	26	1283,125	164,051	53,379	41,754
Média		1113,290	167,124	41,750	30,903
Média %			60,047	15,001	24,982

Fonte: * TACO 4ª Edição 2011. * Tabela de Composição de alimentos Sônia Tucunduva 4ª Edição 2013. * Rótulos de alimentos.


Claudia Valdemarin
 Nutricionista RT

CRN3 - 4924
 Responsável Técnica

Setor de Alimentação Escolar - Avenida Almirante Tamandaré nº 675 - Cidade Nova - Indaiatuba / SP - Fone: (19) 3894-2127



PREFEITURA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Secretaria Municipal de Educação

CARDÁPIO

Abril / 2024 - [MUNICIPAL] CARDÁPIO 1_2023 INTEGRAL PARCIAL (ALIMENTAÇÃO TRANSPORTADA) EDUCAÇÃO ESPECIAL EXCLUSIVA (6 - 15 ANOS) - INTEGRAL - Período Integral - Zona Urbana - SEM PATOLOGIA

Refeição	Horário	Segunda-Feira 29	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
DESJEJUM	08h30min	SUCO DE MAÇA COM BETERRABA E BISCOITO SALGADO INTEGRAL	LEITE COM MAÇA E MAMÃO E AVEIA			
ALMOÇO	11h10min	ARROZ, FEIJAO, FRANGO ASSADO, SELETA DE LEGUMES E SALADA DE ACELGA	ARROZ, FEIJAO, CARNE MOIDA COM TOMATE, ABOBRINHA REFOGADA E SALADA DE PEPINO COM BETERRABA			
SOBREMESA	11h10min	ABACAXI	MELANCIA			
LANCHE DA TARDE	14 horas	SUCO DE MAÇA COM BETERRABA E BISCOITO SALGADO INTEGRAL	LEITE COM MAÇA E MAMÃO E AVEIA			

30 % das necessidades nutricionais diárias - Informação Nutricional					
Dias		Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Segunda-Feira	29	1011,730	163,845	34,528	25,685
Terça-Feira					
Quarta-Feira					
Quinta-Feira					
Sexta-Feira					
Média		941,707	137,985	37,091	28,645
Média %			58,611	15,755	27,376

Fonte: * TACO 4ª Edição 2011. * Tabela de Composição de alimentos Sônia Tucunduva 4ª Edição 2013. * Rótulos de alimentos.


Claudia Valdemarin
Nutricionista RT

CRN3 - 4924
Responsável Técnica

Setor de Alimentação Escolar - Avenida Almirante Tamandaré nº 675 - Cidade Nova - Indaiatuba / SP - Fone: (19) 3894-2127