



**CONHEÇA  
TODO MÊS  
A MERENDA DO  
SEU FILHO.**

Confira o cardápio de cada escola  
no site [www.saobernardo.sp.gov.br](http://www.saobernardo.sp.gov.br)  
ou no Portal da Educação.

Os cardápios também estão disponíveis nos  
refeitórios de todas as escolas.

**EDUCAR**  
ESCOLA  
DE TEMPO  
INTEGRAL *Mais*



PREFEITURA DE  
**SÃOBERNARDO**  
**DOCAMPO**  
CIDADE DO TRABALHO

A QUALIDADE DA  
MERENDA DO SEU FILHO  
VOCÊ CONFERE AQUI.

**CARDÁPIO ESCOLAR**

**EMEB INFANTIL E FUNDAMENTAL**

(Almoço e Complemento)

**FEVEREIRO**

Período: Matutino / Vespertino



PREFEITURA DE  
**SÃOBERNARDO**  
**DOCAMPO** CIDADE DO TRABALHO

## 1ª Semana

DATA	ALMOÇO	COMPLEMENTO
3ª Feira – 04/02	Macarrão a bolonhesa (carne bovina moída ao molho de tomate), salada de escarola - maçã	Banana
4ª Feira – 05/02	Arroz, feijão, carne bovina com abobrinha, salada de alface - banana	Bolinho
5ª Feira – 06/02	Arroz, feijão, frango com creme de milho, salada de beterraba	Maçã
6ª Feira – 07/02	Arroz, feijão, carne bovina moída com cenoura, salada de acelga	Creme de chocolate (composto lácteo de cacau)

## 2ª Semana

DATA	ALMOÇO	COMPLEMENTO
2ª Feira – 10/02	Arroz, feijão, frango com abobrinha, salada de tomate com cenoura ralada - melão	Melancia
3ª Feira – 11/02	Arroz, feijão, carne bovina com batata, salada de pepino com salsa - maçã	Palito de muçarela
4ª Feira – 12/02	Arroz, feijoadinha (feijão preto com carne suína), couve refogada	Maçã
5ª Feira – 13/02	Arroz, feijão, ovo mexido com milho e ervilha, salada beterraba	Flocos de milho (sucrilhos) e leite integral
6ª Feira – 14/02	Macarrão com carne bovina moída ao sugo, salada de escarola - creme de chocolate (composto lácteo de cacau)	Banana

## 3ª Semana

DATA	ALMOÇO	COMPLEMENTO
2ª Feira – 17/02	Arroz, feijão, frango colorido (cenoura, batata e ervilha) e salada de beterraba ralada	Melão
3ª Feira – 18/02	Arroz, feijão, carne bovina com batata doce e salada de pepino - melão	logurte de morango
4ª Feira – 19/02	Arroz, feijão, ovo mexido com milho e ervilha, salada de alface	Banana
5ª Feira – 20/02	Arroz, feijão, estrogonofe de frango, salada de escarola - maçã	Melancia
6ª Feira – 21/02	Arroz, feijão, carne bovina moída com abobrinha, salada de acelga - banana	Creme napolitano (composto lácteo de morango, baunilha e cacau)

## 4ª Semana

DATA	ALMOÇO	COMPLEMENTO
2ª Feira – 24/02	<b>A COMPENSAR</b>	<b>A COMPENSAR</b>
3ª Feira – 25/02	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>
4ª Feira – 26/02	Macarrão com carne bovina moída ao sugo, salada de beterraba - melancia	Maçã
5ª Feira – 27/02	Arroz, feijão, frango com batata e salada de acelga - maçã	Banana
6ª Feira – 28/02	Arroz, feijão, carne suína refogada com abóbora e salada de almeirão - creme napolitano (composto lácteo de morango, baunilha e cacau)	Flocos de milho (sucrilhos) e leite integral

Composto lácteo – leite em pó integral com sabores.

Oferecer água nos intervalos das refeições.

Cardápio sujeito a alterações semanais, comunicadas através de Informativos da Divisão de Alimentação Escolar.

### Tabela Nutricional

#### VALORES MÍNIMOS DE REFERÊNCIA DE ENERGIA, MACRO E MICRONUTRIENTES – FNDE / PNAE Ensino infantil – 4 a 5 anos – 20% das necessidades nutricionais diárias

	Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)
Referência FNDE/PNAE	270	43,9	8,4	6,8
Cardápio Calculado	<b>563,4</b>	<b>83,5</b>	<b>26</b>	<b>15,6</b>

#### Ensino fundamental – 6 a 10 anos – 20% das necessidades nutricionais diárias

	Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeos (g)
Referência FNDE/PNAE	300	48,8	9,4	7,5
Cardápio Calculado	<b>563,4</b>	<b>83,5</b>	<b>26</b>	<b>15,6</b>

### Observação:

- 1) Considerar início do atendimento de Ensino Fundamental em 04/02/2019 e Ensino Infantil em 05/02/2020.

ESTE CARDÁPIO ESTÁ DISPONÍVEL PARA COMUNIDADE ESCOLAR VIA PORTAL DA EDUCAÇÃO E DEVE PERMANECER FIXADO NA COZINHA DA ESCOLA, CONFORME RESOLUÇÃO FNDE Nº 26/2013.

Cristiana Pessoa Fernandes  
Nutricionista  
CRN3 – 44.252

